

Zucchini - Feta - Quiche

Zutaten:

- 1 Zucchini
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 100 g Feta
- 1 Bund Minze
- 100 ml Milch
- 50 ml Sahne
- 1 Blätterteig
- 4 EL Olivenöl
- 1 Ei
- Kurkuma oder Curry
- Salz- Pfeffer
- 4 g rosa Pfefferbeeren



Material

- Quiche-Form
- Pfanne
- Messer
- Schneidebrett
- Schüssel

1



Knoblauch schälen und klein hacken

2



Zwiebel schälen und klein schneiden

3



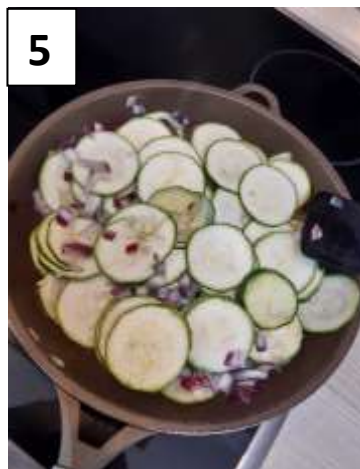
Zucchini waschen und in Scheiben schneiden

4



Feta in Würfel schneiden

5



Olivenöl in der Pfanne erhitzen. Zucchini, Zwiebel und Knoblauch 10 Minuten braten.

6



Pfeffern und Salzen



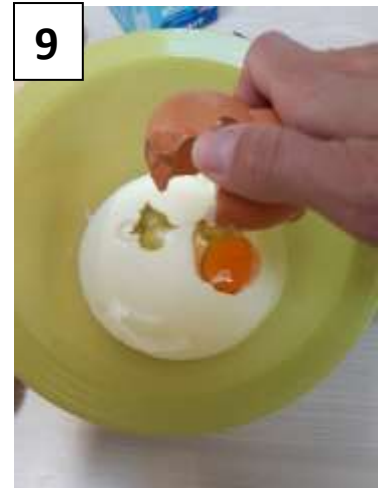
7

100 ml Milch in eine Schüssel geben



8

50 ml Sahne hinzufügen



9

1 Ei hinzufügen



10

Salz und Kurkuma (oder Curry) hinzufügen



11

Alles gut vermischen



12

Teig in eine Form geben. Zucchini hinzufügen.



13

Minze und Soße hinzufügen



14

Feta hinzufügen



15

Tomaten und rosa Pfeffer hinzufügen

16



20 Minuten bei 180 Grad in
den Ofen stellen



Wir wünschen
einen guten Appetit!

