Liebt ihr grünen Spargel auch so sehr, oder mögt ihr den weißen lieber? Bei Spargel bin ich ganz Italienerin: den weißen esse ich auch mal, aber den grünen finde ich fantastisch und so vielseitig!
Letzten Samstag war ich mit drei Freundinnen auf meiner Lieblings-Farm einkaufen und durfte dort Billys ersten grünen Spargel kosten. Ja richtig – kosten. Denn man kann Spargel auch roh essen, vor allem, wenn er so unglaublich zart und aromatisch ist wie der, den Billy uns Samstag vor die Nase hielt. Einfach köstlich!

Mediterrane Spargel-Quiche mit Kalamata-Oliven

Mediterrane Spargel-Quiche mit Kalamata-Oliven

Natürlich landete ein dickes Bündel in meinem Korb und so entstand gestern diese mediterrane Spargel-Quiche mit Oliven. Ich erinnerte mich nämlich an ein Spargel-Gericht aus dem Ofen, das meine Ma mal gemacht hatte. Da wird Spargel (allerdings weißer, glaube ich) mit Kalamata-Oliven, Olivenöl und Rosmarin in einer abgedeckten Ofenform oder einem Papierpäckchen gegart – sooo lecker!
Diese Idee habe ich in eine Quiche gepackt. Der Guss hat mit Tomatenmark noch ein bisschen Farbe bekommen und die Oliven geben der Quiche eine kräftige Würze.

Mediterrane Spargel-Quiche mit Kalamata-Oliven

Wenn ihr kein Emmermehl habt, könnt ihr auch Dinkelvollkornmehl nehmen. Das war bei mir Resteverwertung, aber ich fand die Mischung sehr passend. Emmermehl kann einen leicht bitteren Touch haben, aber wenn man es mischt und mit kräftigen Aromen wie bei einer herzhaften Quiche kombiniert, passt es gut. Besser als bei Kuchen, schätze ich.
Ich habe meine neue rechteckige Tarteform genutzt, aber ihr könnt auch eine klassische runde Springform nutzen. Dafür würde ich alle Mengen verdoppeln.

Für 1 rechteckige Form ca. 10 x 35 cm:

TEIG:

100 g Emmer-Vollkornmehl
50 g Dinkelmehl 630
50 g Butter, gewürfelt
ca. 50 ml kaltes Wasser
1 Prise Salz

GUSS:

100 g Quark 40% Fett
50 g Milch/Sahne
1 Ei
1 TL Stärke
1 EL Tomatenmark
1 TL Knoblauchsalz *
½ TL Paprikapulver
1 große Prise Rosmarin, fein gehackt
Pfeffer
10 schlanke Stangen grüner Spargel
(oder 20 ganz dünne)
5 Kalamata-Oliven, entsteint und längs geviertelt

* *oder ½ TL Salz und nach Belieben 1 kleine Zehe fein gehackt*

Für den Teig alle Zutaten bis auf das Wasser in eine Schüssel wiegen und zügig zu einem glatten Teig verkneten. Dabei nach und nach so viel Wasser zufügen, bis alles zusammenhält (ich habe ca. 40 ml gebraucht). Den Teig flach drücken und abgedeckt in den Kühlschrank legen.
Den Spargel waschen, trocknen und die Enden abschneiden. Schälen ist nicht nötig.
Für den Guss alle Zutaten in eine Schüssel wiegen und verquirlen.
Die Form leicht einfetten oder den Boden mit Backpapier auslegen. Den Ofen auf 180 °C vorheizen.
Den Teig auf etwas Mehl rechteckig ausrollen, sodass er etwas größer als die Form ist. Dann die Form damit auskleiden und etwas Teig über den Rand stehen lassen.
Soviele Spargelstangen, wie in die Form passen, nebeneinander hineinlegen, dafür eventuell die Stangen kürzen/zurechtschneiden. Die Abschnitte nicht wegwerfen! Die Olivenstücke um die Stangen herum verteilen.
Den Guss über die Stangen gießen und die Quiche im heißen Ofen 25 Minuten backen. Abkühlen lassen, dann aus der Form nehmen.

Mediterrane Spargel-Quiche mit Kalamata-Oliven

Wenn ihr die Quiche serviert, könnt ihr sie ganz saisonal mit Bärlauch-Blüten dekorieren, die sehen hübsch aus und können sogar mitgegessen werden.
Ich wünsche euch eine genussvolle Woche, macht es euch schön!
Eure Judith

** *Beitrag enthält unebauftragte Werbung in Form von Verlinkung und Namensnennung* **

Share on Facebook

0

Share on Pinterest

2

Send email