

# Bärlauchquiches

1 ♦ Aus dem Teig Rondellen ausstechen, in die eingefetteten Förmchen legen, mit einer Gabel einige Male einstechen.

2 ♦ Bärlauch gründlich waschen und trocken schleudern.

3 ♦ Backofen auf 200 °C vorheizen.

4 ♦ Eier, Rahm und Frischkäse mit dem Stabmixer oder im Mixerbecher verquirlen. Bärlauch grob schneiden und mitmixen, mit Salz und Pfeffer würzen. In die Förmchen füllen.

für ca. 6–8 Förmchen  
1 rechteckiger Blätter-  
oder Mürbeteig

5 ♦ Förmchen in der Mitte in den Ofen schieben, Bärlauchquiches bei 200 °C etwa 30 Minuten backen. Nadelprobe machen.

## **Füllung**

4 grosse Eier

2 dl/200 ml Rahm/Sahne

200 g Ziegenfrischkäse

2 Handvoll frischer Bärlauch oder  
je nach Saison andere Wildkräuter  
wie Melde oder Bärenklau

oder Bärlauchpaste

Kräutersalz

Pfeffer aus der Mühle

**Tipps** ♦ Bei Verwendung von Wiesenbärenklau oder Melde, diese von den Stielen zupfen und 3 Minuten in reichlich Wasser blanchieren. Abgiessen. Mit den übrigen Zutaten für die Füllung mixen.

**Bärlauchpaste** ♦ Im Frühling, wenn der Bärlauch spriesst, lege ich mir einen Vorrat für den Rest des Jahres an. Ich mixe die grob geschnittenen Blätter mit Olivenöl zu einem Pesto, fülle ihn in kleine Gläser und friere ihn ein. Für dieses Rezept reicht ein kleines Glas.