

Spinatquiche

für 1 Backblech, 4 Personen

Vorbereitungszeit

10 Minuten

Kochzeit

5 Minuten aktiv, 50 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. 11.70

Nährwert pro Rezept

2833 Kcal, 228 g Fett, 104 g KH

Zutaten

15 g Zwiebeln, gehackt

2 g Knoblauch, gehackt

5 g Butter

1 andünsten

80 g Blattspinat

1 cl Gemüsebouillon (RL Gewürz)

1 g Tonamat (RL Gewürz)

2 zugeben, kurz aufkochen

150 g Kuchenteig

250 g Reibkäse

3 Teig auslegen, Käse & Spinat darauf verteilen

5 Stk Eier

3 dl Rahm

6 g Tonamat (RL Gewürz)

4 Mixen, darüber giessen
bei 180° C ca. 45 Min. backen