

Spargel Quiche



Zutaten

1	runder ausgewallter Blätterteig
500 g	grüne Spargeln
1	Knoblauchzehe
200 ml	Rahm
60 g	Parmesan
50 ml	Milch
4	Eier
TL	Thymianblättchen
Butter, Salz, Pfeffer, Zucker	

Zubereitung

1. Spargelenden etwas abschneiden und unteres Drittel schälen. In ca. 4 cm lange Stücke schneiden. In Salzwasser (etwas Butter und 1 TL Zucker dazu) die Spargel bissfest kochen. Spargel mit kaltem Leitungswasser abschrecken. Gut abtropfen lassen.

2. Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

2. Für den Guss mischst du den Rahm und die Eier. Knoblauch gepresst und ca. zwei EL Thymianblätter dazu. Nun das ganze mit 1/2 TL Salz abschmecken und etwas Pfeffer dazu.

3. Auf dem Blätterteigboden werden jetzt die Spargelstücke verteilt. Nun giesst du den Guss darüber. Parmesanreiben und über die Quiche verteilen. Alles in den Ofen schieben. In der unteren Ofenhälfte ca. 30 Minuten backen.

4. Tipp: warm oder kalt servieren.

En Guete!
guggismaert.ch/rezepte

**Guggi's
Märt** lokal & frisch