



# VEGETARISCHE QUICHE

## Zutaten

Für 1 Kuchen

1 ungebackene Teighülle  
1 Zwiebel  
1 mittelgroße grüne Paprika  
100 g Tomaten  
1 kleine Zucchini  
125 g frische Champignons  
30 g Butter oder Margarine  
1/2 TL Currypulver  
1/2 TL Salz  
1/4 TL Pfeffer  
Eine Prise gemahlener Zimt  
5 Eier  
60 g Milch  
70 g geriebener  
Parmesankäse

## Schritte

- 1.** Legen Sie die ungestochene Teighülle mit einer doppelten Lage starker Folie aus. Backen Sie den Teig bei 5 Minuten bei 230 °C. Entfernen Sie die Folie und backen Sie 5 Minuten weiter. Reduzieren Sie die Hitze auf 170 °C.
- 2.** Braten Sie in einer Pfanne Zwiebel, grünen Pfeffer, Tomaten, Zucchini und Champignons in Butter an. Fügen Sie Currypulver, Salz, Pfeffer und Zimt hinzu und mischen Sie alles gut. Geben Sie die Masse mit einem Löffel in die Pastete.
- 3.** Schlagen Sie die Eier in einer Schüssel auf. Geben Sie die Milch und den Käse hinzu und mischen Sie alles gut. Gießen Sie die Sauce über das Gemüse. Backen Sie alles für 40–45 Minuten, oder solange, bis ein an einem mittig eingestochenen Messer kein Teig mehr haften bleibt. Lassen Sie vor dem Aufschneiden alles 5 Minuten abkühlen.