



[Drucken](#)

Portionsquiches mit Kürbis, Räucherforelle, Brunnenkressesalat und Kürbiskernen



Zutaten für 4 Personen

Für den Teig:

- 80 g Mehl
- 80 g Wiener Grießler
- 1 EL Zucker
- ½ TL Salz
- 80 g bayer. Butter
- 1 Ei
- 1 Eigelb

Für die Füllung:

- 120 g Kürbisfruchtfleisch
- ½ Frühlingszwiebel
- 20 g bayer. Butter
- 120 g bayer. Crème fraîche
- 1 Ei
- 1 geräuchertes Forellenfilet

Für den Salat:

- 1 Bund Brunnenkresse
- 1 EL Zitronensaft
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 1 EL Kürbiskernöl
- 20 g Kürbiskerne
- Salz, Pfeffer, Curry

Ausserdem:

4 Portionsformen

Zubereitung:

1. Mehl, Wiener Grießler, Zucker und Salz in einer flachen Schüssel mischen. Butter in Würfel schneiden und zusammen mit Ei und Eigelb dazugeben. Alle Zutaten miteinander verkneten, in Folie einwickeln und mindestens 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Backofen auf 180 Grad vorheizen (Umluft 160 Grad). Kürbis in Würfel schneiden, Frühlingszwiebel putzen, fein schneiden. Den weißen Teil der Frühlingszwiebel mit den Kürbiswürfeln und 50 g Butter 10 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und etwas Curry würzen.
3. Crème fraîche mit Kürbis, Lauchzwiebel und Eiern mischen, abschmecken. Forellenfilets zerteilen und vorsichtig mit der Kürbisfüllung mischen.
4. Mürbteig ausrollen und in gebutterte Portionsformen legen. Füllung auf dem Teig verteilen und 20 Minuten backen.

5. Brunnenkresse putzen, aus Zitronensaft, Sonnenblumenöl und Kürbiskernöl eine Vinaigrette rühren, abschmecken. Kürbiskerne rösten und salzen. Quiches mit Brunnenkressesalat und Kürbiskernen servieren.