

... > Zubereitungsarten > Methoden > Überbacken

---


## Quiche mit Spinat, Schafkäse, getrockneten Tomaten und Pinienkernen



★★★★☆ 4.32 (35 Bewertungen)

 27 Kommentare

 30 Min.

 normal

 05.03.2014

---

---

## Weitere Rezepte - genauso gut!

---

## Zutaten

4



Portionen

400 g Mehl

200 g Butter, kalt

150 ml Wasser

2 Prisen Salz

4 Ei(er)

250 ml Milch

100 g Käse (Emmentaler)

1 Zwiebel(n)

400 g Blattspinat, TK

½ Glas Tomate(n), getrocknete, in Öl eingelegt

2 Zehe/n Knoblauch

200 g Feta-Käse

1 Handvoll Pinienkerne

Salz

Pfeffer

Muskat

Olivenöl

Mehl für die Aufbackplatte

## Zubereitungstipps

---

## Zubereitung

🕒 Arbeitszeit ca. 30 Minuten

🕒 Ruhezeit ca. 1 Stunde

🕒 Koch-/Backzeit ca. 1 Stunde 15 Minuten

🕒 Gesamtzeit ca. 2 Stunden 45 Minuten

Den Blattspinat auftauen lassen. Ich lege ihn dafür schon am Abend zuvor in den Kühlschrank.

Mehl, Butter, Wasser und die 2 Prisen Salz schnell zu einem Teig verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und eine Stunde im Kühlschrank rasten lassen. Ich bereite den Teig auch schon oft am Abend zuvor zu und lasse ihn dann über Nacht im Kühlschrank. Dann muss man ihn allerdings ein wenig früher wieder herausholen, da er sonst zu hart ist um ihn gleich auszurollen.

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Pinienkerne trocken rösten.

Zwiebeln fein würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin dünsten. Blattspinat, klein geschnittene getrocknete Tomaten, Knoblauch und Pinienkerne dazugeben und einige Minuten dünsten. Mit Salz (Vorsicht, die getrockneten Tomaten und der Schafkäse sind sehr würzig), Pfeffer und Muskat würzen. Pfanne von der Herdplatte nehmen, den Schafkäse vorsichtig unter die Masse heben. Ich zerbrösele ihn immer mit der Hand.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte ausrollen und in die Quicheform

geben. Die Ränder festdrücken und den überstehenden Teig abschneiden. Dann die Spinat-Feta-Masse in die Form geben. Eier, Milch und geriebenen Emmentaler gut mit einer Gabel verschlagen und salzen. Über die Spinat-Feta-Masse gießen.

Im heißen Ofen ca. 1 Stunde 15 Minuten backen.

Ich backe diesen Teig nie blind, bei mir wird der Boden immer gut durch.

Tipp:

Man kann auch Speck auslassen und darin dann die Zwiebel dünsten, wenn man die Quiche nicht vegetarisch möchte.

## Rezept von

minimix

---

---

## Tipps & Trends

---

## Video Empfehlungen

---

## Markenrezepte bei Chefkoch

---

## Kommentare

 [Kommentar schreiben](#)

---

16.05.2021 20:17

Stepae83

Vielen Dank für dieses schön Rezept. Sehr lecker!

[Antworten](#)

---

18.03.2021 19:02

Avocat

Oberlecker!!!

[Antworten](#)

---

18.03.2021 18:59

Avocat

Gestern habe ich diese Quiche zubereitet. Sie ist Oberlehrer. Aufgrund der Kommentare habe ich eine 28er Springform benutzt und den Rand ganz hoch gezogen. Hat super funktioniert. Die Füllung habe ich zusätzlich mit etwas Chilli gewürzt und einige halbierte Cocktail Tomaten hineingedrückt. Wird es ab jetzt öfter geben.

[Antworten](#)

---

26.01.2021 18:34

Kochen333

Hallöle. Ich habe auch die Teigmenge reduziert..... Und ich habe mir erlaubt noch etwas Sahne in die Eimasse zu geben. Wenn schon Kalorien, dann auch ordentlich. (grins). Backzeit 50 Minuten. Super Rezept!

[Antworten](#)

---

20.10.2020 12:57

Buraköchin

Die Quiche schmeckt super lecker. Nur die Teigmenge ist ein wenig großzügig berechnet. Ich habe für ein 32 er Springblech nur ca 3/4 des Teigs verwendet. Und die Backzeit war auch ein wenig kürzer, aber das ist ja von Ofen zu Ofen unterschiedlich

**Antworten**

---

---

25.09.2014 15:51

#### Kaffee-Tante

Im Prinzip recht lecker, allerdings war meinen Töchtern (und mir eigentlich auch) die Milch/Ei-Käse-Mischung obenauf zu "mächtig", deshalb werde ich nächstes Mal weniger Ei+Käse in die Milch geben. Aber ansonsten wirklich gut und der Teig ist mit Deinen Temperatur-und Zeitangaben perfekt geworden. Mengenmäßig hätte aber meine Quiche-Form nie gereicht, ich habe deshalb eine 26-iger Springform genommen, das war genau richtig. Danke für das Rezept, gab es sicher heute nicht zum letzten Mal:-)

**Antworten**

---

19.01.2016 17:43

#### dudu76

Hallo Kaffee-Tante

Ich habe diesen leckeren Rezept auch ohne die Milch-Eier-Mischung gebacken und es hat uns sehr gut geschmeckt  
Pinienkerne habe ich in der Pfanne geröstet und oben auf dem Quiche gestreut  
Gruss

**Antworten**

---

31.07.2014 07:36

#### nightbaker

ich kann es nicht glauben, dass diese tolle rezept noch nicht kommentiert wurde. Habe mich gestern herangetraut und würde gerne 10 sterne hier lassen, wenn es ginge! Das Rezept ist absolut stimmig! Sehr sehr köstlich. Der Teig für den

Boden lässt sich fantastisch verarbeiten und muss wirklich nicht blind gebacken werden. Meine Backzeit war 1 Stunde und ca. 10 Minuten im ausgeschalteten Ofen.

Die Menge hat gereicht für eine Quicheform, sowie für eine kleiner Kinder-Springform !

Ich habe lediglich ein paar dünne Scheiben frischen Cherrytomaten mit aufgelegt und die Pinienkerne trockengeröstet ganz zum Schluss oben drüber gestreut !

Alle Daumen hoch und traut euch, ich werde die Quiche definitiv wieder machen !!!!

Danke minimix für das tolle Rezept. !  
nightbaker

**Antworten**

---

31.07.2014 07:55

minimix

Vielen Dank für das liebe Kommentar! :))

**Antworten**

---

08.06.2014 16:38

GeBECK93

Funktionierte auch prima für 16 Miniquiche (Ø 10 cm) bei einer Backzeit von ca. 30 Minuten.

**Antworten**

---

**Folge uns**



---

**Unternehmen**



[Presse](#)

[Jobs](#)

[Impressum](#)

[AGB](#)

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)

[Werben Sie bei uns](#)

[Nutzungsbasierte Online Werbung](#)

## **Quicklinks**

[Rezepte finden](#)

[Was koche ich heute?](#)

[Was backe ich heute?](#)

[Magazin Übersicht](#)

[Print-Magazin im Abo](#)

[Foren](#)

[Chefkoch Events](#)

[Videos Übersicht](#)

## **Newsletter**

[Zum Newsletter anmelden](#)

## **Wir sind für Dich da**

[FAQ](#)

## **Live Rezeptsuchen**

[bolone rezepte](#), [donauwellen rezepte](#), [flammerie rezepte](#), [geheimswaffelrezept rezepte](#), [gemüsefrikadelle rezepte](#), [hirsebratlinge rezepte](#), [kaninchenkeulen rezepte](#), [schinken-käsestangen rezepte](#), [stifado rezepte](#), [zitronenrolle rezepte](#)