

# Lauch-Quiche mit Mandelteigboden

## Zutaten für den Teig (für 4 Personen):

- 250 g Mandelmehl
- alternativ: gemahlene Mandeln
- 2 Bio-Eier
- 50 g weiche Butter
- Salz
- 1 TL Harissa
- alternativ: Baharat
- oder Ras el Hanout

Backofen auf 180 Grad vorheizen. Mandelmehl, Eier und Butter zu einem geschmeidigen Teig verkneten und mit Salz und Harissa würzen. Ein Stück Backpapier kreisrund ausschneiden und damit den Boden einer Springform (26 cm Durchmesser) belegen. Das Backpapier mit Butter bestreichen. Den Teig ausrollen und mit den Händen in die Form drücken, sodass die Fläche etwa 0.5 cm dick ist und ein 2 cm hoher Rand entsteht.

## Zutaten für die Füllung:

- 2 Stangen Lauch
- Olivenöl
- 400 g Frischkäse
- 1 Prise Harissa
- Salz
- Pfeffer

Den Lauch im oberen Bereich gründlich waschen, zwischen den Schichten befindet sich meist etwas Erde. Die Wurzelansätze und die äußerste Blattschicht entfernen. Den weißen und hellgrünen Bereich in feine Ringe schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen und den Lauch farblos anschwitzen. Den Topf vom Herd nehmen und den Frischkäse unterheben. Die Masse mit Harissa, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Die Füllung gleichmäßig und glatt auf dem Teig verteilen und die Quiche etwa 30 Minuten im Ofen backen.

## Zutaten für den Dip:

- 1 Stück Meerrettich
- 1 Apfel
- 4 EL Olivenöl
- 0,5 Bund Petersilie
- etwas Balsamessig
- Salz
- Pfeffer

Meerrettich am Ansatz ein Stück schälen und danach fein reiben. Dafür eignet sich am besten eine Glas- oder Keramikreibe für Obst oder Ingwer. Den Apfel waschen und mit Schale ebenfalls fein reiben. Petersilie säubern und hacken. Die vorbereiteten Zutaten vermengen und mit etwas Balsamessig, Salz und Pfeffer würzen.

Die fertige Quiche in Tortenstücke schneiden und mit dem würzigen Dip servieren.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 08.05.2022

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)