

# Mangold-Quiche mit Tomaten Dip und Austernpilz-Salat

## Für zwei Personen

2 Lagen Blätterteig	150 g Austernpilze	200 g Mangold
3 Knoblauchzehen	2 Schalotten	1 rote Chilischote
50 g Rucola	50 g Feldsalat	50 g Friséesalat
1 Bund Koriander	1/4 Bund Schnittlauch	120 g gestückelte Tomaten
3 Eier	100 g Parmesan	3 EL Dijon-Senf
1 Muskatnuss	100 ml Prosecco	150 ml Blutorangensaft
200 ml Sahne	Balsamicoessig	Crema di Balsamico
Arganöl	Olivenöl	Butter
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Quiche die Stiele vom Mangold abschneiden und anschließend klein schneiden. Den Mangold kurz in kochendem Wasser blanchieren und kalt abschrecken. Eine Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und den Knoblauch anbraten. Den Mangold dazugeben. Den Blätterteig ausrollen und mit einer Gabel einstechen. Den Parmesan reiben. Den Blätterteig mit dem Mangold belegen. Die Eier mit der Sahne verrühren und über den Mangold geben. Den Parmesan darüber streuen und für circa 20 Minuten in den Backofen geben. Für den Tomaten Dip die Schalotte und eine Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Schalotte und den Knoblauch glasig anbraten. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, die Kerne herauskratzen und fein hacken. Die Chilischote und die gestückelten Tomaten zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Koriander zupfen und dazugeben. Die Salate waschen und trocken schleudern. Die letzte Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin anbraten. Die Austernpilze waschen und dazugeben. Für die Vinaigrette den Senf mit dem Balsamicoessig, einem Schuss Crema di Balsamico und dem Arganöl, dem Blutorangensaft und dem Prosecco vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pilze unter die Salate mischen mit der Vinaigrette übergießen und auf Tellern anrichten. Den Schnittlauch in feine Ringe schneiden und über den Salat geben. Die Quiche aus dem Ofen nehmen, aufschneiden und mit dem Tomaten Dip servieren.

Solange Jahn am 20. März 2012