



verantwortungsvoller
Fischgenuss



Informationen zur Transparenten Fischerei unter
www.fjordkrone.de

Rezept des Monats

März 2017

Lachsforellen-Kartoffel-Quiche mit Wildkräutersalat

Zutaten für 4 Portionen:

250g Weizenvollkornmehl
140g weiche Landfein Butter
1 Eigelb
30g Villa Gusto Parmesan, fein gehobelt
1 Prise Salz
300g Kartoffeln
1 Stange Lauch
100g Fjordkrone Lachsforelle, geräuchert
(1 Packung)
375g Landfein Schmand
3 Eier
40g Meerrettich
Abrieb einer unbehandelten Zitrone
Kerbel
Muskatnuss
Salz, Pfeffer

200g Wildkräuter
100ml Villa Gusto Olivenöl
70ml weißer Balsamico
1–2 TL Honig
Salz, Pfeffer



Zubereitung

Für den Quicheteig Mehl, Butter, Eigelb, Parmesan und die Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten und für 30 Minuten kaltstellen. Den Backofen auf 200°C Ober- und Unterhitze vorheizen, (Umluft 180°C). Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. In kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten blanchieren. Den Lauch in Ringe schneiden und waschen. Die Lachsforelle in kleinere Stücke reißen. Schmand und Eier gut miteinander verrühren. Den Meerrettich schälen und fein in die Masse reiben, ebenso den Abrieb der Zitrone unterrühren. Kerbel hacken und dazugeben. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Eine Quicheform einfetten (26 cm Durchmesser). Den Teig zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie mit einem Nudelholz ausrollen und in die Form geben. Nicht zu dünn ausrollen, damit

der Teig nicht reißt. Kartoffelwürfel, Lachsforelle und Lauch gleichmäßig auf dem Teig verteilen und mit der Ei-Schmand-Masse übergießen. Im Ofen in ca. 25 Minuten backen. Vor dem Anschneiden kurz auskühlen lassen.

Für den Wildkräutersalat, die Wildkräuter waschen und trocken schleudern. Olivenöl, Balsamico und Honig verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing kurz vor dem Servieren mit den Wildkräutern vermengen und anschließend mit der warmen Quiche servieren. Nach Belieben noch etwas Meerrettich über die Quiche hobeln.

Guten Appetit!