

		
<h3>Quiche aux légumes</h3> <p>350 g de pâte brisée (salée) 2 courgettes 5 tomates ½ poivron rouge ½ poivron jaune ½ poivron vert 250 g d'emmental râpé 2 œufs 200 g crème fraîche ½ tasse de lait entier persil, finement hâché 1 gousse d'ail muscade, sel, poivre</p>		<h3>Gemüsequiche</h3> <p>350 g salziger Mürbeteig 2 Zucchini 5 Tomaten ½ rote Paprika ½ gelbe Paprika ½ grüne Paprika 250 g geriebener Emmentaler 2 Eier 200 g Crème fraiche ½ Tasse Vollmilch Petersilie, fein gehackt 1 Knoblauchzehe ger. Muskatnuss, Salz, Pfeffer</p>
<p>Préchauffez le four sur th 6 (180°C) Enlevez la pâte du réfrigérateur, pétrissez-la. Étalez la pâte en rectangle et posez-la sur une plaque tapissée de papier sulfurisé. Nettoyez les légumes. Émincez les tomates et les poivrons. Coupez les courgettes en fines rondelles; salez-les et laissez dégorger 30 minutes dans une passoire. Battez les œufs avec la crème fraîche, sel, poivre et la muscade. Ajoutez le lait, le persil, l'ail pelé et hâché et le fromage. Sur la pâte déposez une couche de légumes, versez la crème aux œufs et disposez le reste des légumes. Enfournez, faites cuire 30 à 35 mn et servez chaud ou tiède.</p>		<p>Heizen Sie den Backofen auf 180°C vor. Kneten Sie den Mürbeteig nach der Kühlphase. Rollen Sie den Teig zu einem Rechteck aus und legen ihn auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech. Säubern Sie das Gemüse. Schneiden Sie Tomaten und Paprika klein. Schneiden Sie die Zucchini in dünne Scheiben, salzen Sie sie und lassen sie 30 Min. in einem Sieb abtropfen. Schlagen Sie die Eier mit Crème fraiche, Salz, Pfeffer und Muskat. Fügen Sie die Milch, Petersilie, gepresste Knoblauchzehe und den Käse hinzu. Legen Sie eine Schicht Gemüse dekorativ auf den Teig, gießen Sie die Eiermischung darüber und legen ggf. das restliche Gemüse auf. Schieben Sie die Quiche für 30 bis 35 Min. in den Backofen und servieren Sie sie heiß oder lauwarm.</p>



Das Wörterbuch

Übersetzen Sie französische Rezepte mit Hilfe dieses Wörterbuches!

ISBN 978-3-8370-5285-5 18,00 €(D)

Das Kochbuch

Kochen Sie Ihr französisches Lieblingsgericht mit diesem Kochbuch!

ISBN 978-3-8391-8856-9 9,90 €(D)

