

**Rainer Klutsch
Makkaroni-Quiche mit Kopfsalat****Donnerstag, 30. Mai 2024
Rezept für 6 Personen**

Dauer: 1,5 Stunden
Schwierigkeitsgrad: mittel
Pasta

Zutaten:

300 g	Makkaroni
etwas	Salz
200 g	TK-Erbsen
400 g	TK-Blätterteig
2	grobe Bauern-Bratwürste
1 EL	Pflanzenöl zum Anbraten
5	Kirschtomaten
1 Bund	Schnittlauch
100 g	Gouda
4	Eier
150 g	Crème fraîche
150 g	Sahne
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 Prise	Muskat
1/2 Bund	glatte Petersilie

zusätzlich:

1 TL	Butter zum Ausfetten der Form
etwas	Mehl zum Ausrollen des Teigs

Für den Kopfsalat

1	Kopfsalat
1/2	Zitrone
1/2 Bund	Liebstöckel
1/2 Bund	Schnittlauch
1/2 Bund	Basilikum
100 g	Naturjoghurt
3 EL	Rapsöl
1 TL	scharfer Senf
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 Prise	Zucker

Zubereitung:

1. Die Makkaroni in einem Topf mit kochendem Salzwasser bissfest kochen, dann abgießen und gut abtropfen lassen.
2. Die Erbsen in ein Sieb geben und etwas auftauen lassen.
3. Den Teig ebenfalls etwas antauen lassen.
4. Das Brät aus der Wursthülle drücken und zu kleinen Klößchen zupfen. In einer Pfanne das Pflanzenöl erhitzen und die Klößchen darin rundherum leicht anbraten.
5. Die Tomaten abwaschen, den Strunkansatz ausschneiden. Tomaten vierteln.
6. Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.
7. Den Käse grob reiben.
8. In einer großen Schüssel Makkaroni, Erbsen, Tomatenstücke, Schnittlauch, die Hälfte des geriebenen Käses und die Wurst-Klößchen miteinander vermischen.
9. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
10. Eine Spring- oder Tarteform (ca. 26 cm Durchmesser) mit wenig Butter ausfetten.
11. Etwas Mehl auf die Arbeitsfläche und den Blätterteig rund ausrollen.

12. Den Teig in die Form legen und einen etwa 5 cm hohen Rand formen. Mit einer Gabel den Teigboden mehrfach einstechen.
13. Die Nudelmischung auf den Teig geben.
14. Eier, Crème fraîche und Sahne in einer Schüssel vermischen. Mit Pfeffer, etwas Salz und Muskatnuss kräftig würzen und über die Nudelmischung geben. Den restlichen Käse darüber streuen.
15. Die Quiche im vorgeheizten Ofen auf der unteren Schiene ca. 45 Minuten backen.
16. In der Zwischenzeit die Petersilie abrausen, trockenschütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.
17. Kopfsalat putzen, waschen und trocken schleudern.
18. Für das Salatdressing von der Zitrone den Saft auspressen.
19. Liebstöckel, Schnittlauch und Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein hacken.
20. Joghurt, 2 EL Zitronensaft, Öl, Senf und gehackte Kräuter vermischen. Dressing mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.
21. Den Kopfsalat kurz vor dem Servieren mit dem Dressing vermischen.
22. Die gebackene Quiche aus der Form nehmen, mit Petersilie bestreuen und anrichten. Dazu den Salat servieren.

Pro Portion: 910 kcal/ 3810 kJ

51 g Kohlenhydrate, 23 g Eiweiß, 69 g Fett