



# Grünkohlquiche mit Bratwurst

Zeit gesamt  
1hZubereitungszeit  
30minSchwierigkeit  
Mittel

## Zutaten

für 4 Portionen

Butter	125 g
Weizenmehl, Type 405	300 g
Eier	3 St.
Salz	
Wasser	5 EL
Grünkohl, frisch	500 g
Zwiebeln, rot	1 St.
Aprikosen, frisch	5 St.
Rostbratwürste	2 St.
Rapsöl	2 EL
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Crème fraîche	200 g
Gouda, gerieben	150 g

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, großer Topf, mittlere Pfanne, Springform 28 cm Durchmesser, Sieb

1. Ofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Kalte Butter in ca. 2 cm kleine Stücke würfeln. In einer Schüssel Butter, Mehl, 1 Ei, Salz und Wasser vermengen und mit den Händen zu einem Teig kneten. Auf einer bemehlten Fläche gleichmäßig ca. 2 mm dünn ausrollen und in eine flache, gebutterte Kuchenform legen. Teig am Boden und Rand festdrücken, Rand mit einem Messer begradigen und den Boden mehrfach mit einer Gabel einstechen. Teig kühl stellen.

2. Grünkohl waschen, dicke Stiele entfernen und Blätter grob hacken. In einem Topf ca. 2 l Salzwasser aufkochen und Grünkohl im siedenden Salzwasser ca. 5 Min. garen. In ein Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken.

3. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Aprikosen waschen, halbieren, Kern entfernen und würfeln. Bratwurst in Ringe schneiden.

4. In einer Pfanne Öl auf hoher Stufe erhitzen. Zwiebeln mit Aprikosen ca. 2 Min. anbraten, salzen und pfeffern. Aus der Pfanne nehmen, erneut erhitzen und Wurstscheiben darin ca. 3 Min. anbraten.

5. In einer Schüssel Eier mit Crème fraîche verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Grünkohl mit Zwiebeln, Aprikosen und Wurtscheiben vermengen und auf dem Teigboden gleichmäßig verteilen. Eiermasse darübergießen und mit Gouda bestreuen. Grünkohlquiche mit Bratwurst auf dem Boden des Ofen ca. 30 Min. goldbraun backen. Lauwarm oder kalt servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1050 kcal
Kohlenhydrate	82 g
Eiweiß	39 g
Ballaststoffe	8 g
Fette	64 g