

Brokkoli Tarte mit Zwiebeln und Käse



Einkaufsliste:

Für den Boden (24er/26er Tarteform):

230g Dinkelmehl 1050
110g Butter
1-2TL Joghurt oder Creme Fraiche
1-2TL Knoblauchpulver
1TL schwarzen Pfeffer
25g geriebenen Parmesan

Für die Füllung:

1 EL Butter
100g Schinkenwürfel (optional)
1 Stange Lauch
4-5 Frühlingszwiebeln
2 Knoblauchzehen oder 1TL Knoblauchpulver
1EL Mehl
200ml Milch
3 Eier
150g Cheddar
50g Parmesan + Parmesan zum Bestreuen
200g Frischkäse
Salz & Pfeffer
Etwas Paprikapulver
1 Bund Petersilie
400g Brokkoli, in kleine Röschen geschnitten
1 rote Zwiebel

So wird's gemacht:

Für den Boden Butter, Gewürze und Mehl in eine Schüssel geben und solange vermengen bis eine krümelige Masse entsteht, nun nach und nach Joghurt oder Creme Fraiche hinzugeben bis der Teig zusammenkommt. Schön durchkneten, Parmesan in die Masse kneten. Der Teig reicht für eine 24er aber auch für eine 26er Tarteform, je kleiner, desto dicker kann der Teig sein. Teig zwischen zwei Streifen Frischhaltefolie ausrollen und in der Tarteform platzieren, im (Tief)Kühlschrank bis zur Weiterverarbeitung zwischenlagern.

Für die Füllung Lauch in dünne Scheiben schneiden und in 1 Esslöffel Butter mit Frühlingszwiebeln und dem Knoblauch ca. 5 Minuten anschwitzen. Wer möchte gibt die Schinkenwürfel hinzu, weiter anbraten. Nun Mehl über die Masse streuen, leicht mit anschwitzen, mit der Milch ablöschen, gut verrühren und etwas köcheln lassen, Platte ausstellen. Eier schaumig schlagen, salzen und pfeffern. Frischkäse unterrühren. Beide Käsesorten (fein gerieben) zu der Ei-Mischung geben, nochmals gut umrühren. Die Lauch-Masse in die Ei-Mischung rühren. Etwas Brokkoli auf dem Tarteboden verteilen, mit der Ei-Masse übergießen. Zum Schluss den restlichen Brokkoli gleichmäßig verteilen, rote Zwiebel in dünne Ringe schneiden und auf der Tarte verteilen, mit Parmesan bestreuen. Bei 180°C Ober/Unterhitze ca. 30-40 Minuten backen bis die Tarte goldbraun und die Füllung nicht mehr flüssig ist.