



OMNIA

KAROTTEN-QUICHE

DAS BENÖTIGEN SIE: (für eine Quiche)

- 115 g Mehl
- 6 Scheiben Blätterteig
- 250 g gemischte Karotten
- 1 Stange Lauch
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Esslöffel Paniermehl
- 3 Eier
- 150 ml Kochsahne oder Schlagsahne
- Prise Pfeffer und Salz
- 1 Zweig Thymian
- Feta
- Butter zum Einfetten der Form

UND AUßERDEM:

Gaskocher
Omnia Campingofen
Omnia Silikonbackform
Kochtopf
Bratpfanne
Schneebeesen

Backpinsel zum Einfetten der Form
Schneidebrett
Scharfes Messer
Küchenwaage
Messbecher
Rührschüssel

1

Die Karotten vierteln und in einem Kochtopf mit Wasser etwa 5 Minuten lang kochen.

2

Die Backform mit Butter einfetten und die Blätterteigscheiben darin auslegen. Den Blätterteig mit etwas Paniermehl bestreuen, damit der Quicheboden schön knusprig bleibt.

3

Vom Lauch schmale Ringe und den Knoblauch in kleine Würfel schneiden. Das Gemüse in einer Pfanne anbraten.

4

Die Karotten abgießen und die Hälfte in die Form legen.

5

Wenn Knoblauch und Lauch fertig geröstet sind, den Herd ausschalten. Sahne, Eier und Feta hinzufügen, und unter Rühren mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen.

6

Diese Mischung über die Karotten in der Omnia-Form geben. Mit den restlichen Karotten abdecken.

7

Die Quiche bei mittlerer Hitze etwa 30 Minuten backen.