

Mini-Quiche glutenfrei

Zutaten:

Für den Teig:

100 g Quark
4 EL Milch
4 EL Öl
1 TL Salz
80 g Maismehl glutenfrei
80 g Reis-Vollkornmehl glutenfrei
40 g Maistärke
2 g Johannisbrotkernmehl
½ Päckchen Weinsteinbackpulver

Für den Belag:

1 großes Ei
200 g Sauerrahm
200 g geriebener Käse
½ Stange Lauch
100 g Speck, gewürfelt
Salz, Pfeffer, Muskat



Zubereitung:

Quark mit Milch, Öl und Salz gut verrühren. Mehle, Stärke und Backpulver mischen und in die Schüssel zu dem Quarkgemisch sieben. Gut durchkneten.

Den Teig ausrollen, zuschneiden und in die mit Backpapier vorbereiteten Formen (z.B. Muffinförmchen) legen.

Backofen auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Für die Füllung Ei mit Sauerrahm verquirlen und den geriebenen Käse unterrühren. Lauch in sehr feine Ringe schneiden. Zusammen mit Speckwürfel unter die Eimasse heben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Die Masse in die Förmchen füllen und auf mittlerer Schiene 35-45 Minuten backen.