

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 14. Juni 2022** ▪  
**Vorspeise mit Cornelia Poletto**



**Birthe Lenz**

**Spargel-Quiche und Feldsalat mit Granatapfelkernen und karamellisierten Walnüssen**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Teig der Quiche:**

100 g Weizenmehl, Type 405  
 1 Ei  
 100 g Butter  
 Mehl, zur Teigverarbeitung  
 Mais, zum Blind backen  
 Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Mehl, Salz, Butter, Ei und 2-3 EL Wasser zu einem glatten Teig kneten und in Folie wickeln. Anschließend kurz kaltstellen. Teig in Tarte-Förmchen geben und ca. 10-15 Minuten trocken backen.

**Für die Füllung der Quiche:**

250 g grüner Spargel  
 1 Zwiebel  
 100 ml Sahne  
 100 g Saure Sahne  
 1 Ei  
 2 EL Parmesan  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 1 EL Balsamicoessig  
 Zucker, zum Abschmecken  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spargel waschen und die holzigen Enden entfernen. Zwiebel abziehen und kleinhacken. Spargel mit der Zwiebel zusammen in einer Pfanne anbraten und mit Salz, Pfeffer, Muskat, Zucker und Balsamicoessig würzen. Sahne, saure Sahne, das Ei und die Gewürze vermengen. Die Spargel-Zwiebel-Mischung in die Teigförmchen geben und mit der Sahne-Ei-Mischung übergießen. Parmesan reiben, drüber streuen und für 15 Minuten im vorgeheizten Ofen garen.

**Für die Salatbeilage:**

100 g Feldsalat  
 1 Granatapfel  
 1 Zwiebel  
 50 g Walnüsse  
 1 EL Balsamicoessig  
 1 EL Olivenöl  
 Zucker, zum Abschmecken  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Feldsalat waschen und putzen und in eine Schüssel geben.

Granatapfelkerne aus der Frucht befreien, Zwiebel abziehen und klein schneiden und beides zum Salat geben. Für die Walnüsse Zucker in einer Pfanne mit etwas Wasser erhitzen. Wenn der Zucker flüssig ist, die Walnüsse hinzugeben und karamellisieren lassen. Diese ebenfalls zum Salat geben. Aus Öl, Balsamicoessig, Pfeffer, Salz und Zucker ein Dressing mixen und über den Salat geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.