

## Mangold-Quiche

Mürbteig aus 250 g Mehl, 150 g Butter, 1 Ei und 1 TL Salz herstellen und kühlstellen.

Mangold mit Zwiebeln und Knoblauch andünsten, mit Salz und Pfeffer würzen und etwas abkühlen lassen.

250 g Bergkäse fein reiben (oder mal alle Käsereste aus dem Kühlschrank aufbrauchen) und mit 3-4 Eiern, frischen Kräutern und dem Mangold mischen.

Eine Springform mit dem Mürbteig auskleiden.

Füllung drauf geben und bei 180 Grad ca. 50 Minuten backen.

Der Käse kann ganz beliebig variiert werden (Feta, Gorgonzola, etc...),

Tomaten-Scheiben oder Nüsse oben drauf sind auch lecker.

Wenn es zu wenig Mangold ist, dann einfach Blattspinat (frisch oder aufgetaut) dazu geben.

Schmeckt super mit grünem Salat.