KIKKOMAN

Quiche Lorraine mit Lauch und Speck

Gesamtzeit **50 Min.** **15 Min.** Vorbereitungszeit **35 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2.125 kJ / 512 kcal

Fett: **36,9 g** Eiweiß: **22,2 g**
Kohlenhydrate: **22,4 g**

ZUTATEN

6 Portion(en)

Für den Belag:

2	dünne Stangen Lauch
125 g	Speckwürfel
2 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce

Für den Teig:

75 g	kalte Butter
150 g	Mehl Type 405
1 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
	Fett für die Form

Alternativ:

	Quiche- und Tarteteig aus dem Kühlregal

Für die Füllung und zum Beträufeln:

4	Eier
200 g	Sahne
90 ml	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
150 g	geriebener Käse
0,75 TL	Thymian, gerebelt
	Pfeffer aus der Mühle
	Muskatnuss, gerieben
2 EL	Sesam
2 EL	Kikkoman geröstetes Sesamöl

ZUBEREITUNG

Schritt 1

2 dünne Stangen Lauch - **125 g** Speckwürfel - **2 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
Lauch in Ringe schneiden. Speck in einer beschichteten Pfanne anbraten und den Lauch dazugeben. Ca. 10 Min. dünsten und mit Kikkoman Sojasauce würzen.

Schritt 2

75 g kalte Butter - **150 g** Mehl Type 405 - **1 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - Fett für die Form (alternativ: Quiche- und Tarteteig aus dem Kühlregal)
Den Backofen auf 180 °C vorheizen und eine Quiche- oder Tarteform (Ø ca. 30 cm) einfetten. Alle Zutaten mit ca. 4 EL Wasser zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig zwischen Folie etwas größer als die Backform rund ausrollen. Teig in die Form legen und mehrfach mit einer Gabel einstechen.

Schritt 3

4 Eier - **200 g** Sahne - **4 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - **150 g** geriebener Käse - **0,75 TL** Thymian, gerebelt - Pfeffer aus der Mühle - Muskatnuss, gerieben
Eier mit Sahne und Kikkoman Sojasauce verquirlen. Käse und Thymian unterrühren und mit Pfeffer und Muskat würzen. Die Lauch-Speck-Mischung auf dem Teig verteilen, mit der Eier-Sahne übergießen und im vorgeheizten Backofen 25 bis 35 Min. goldbraun backen.

Schritt 4

2 EL Sesam - **2 EL** Kikkoman geröstetes Sesamöl **2**

EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
Sesam in einer kleinen beschichteten Pfanne goldbraun rösten. Kikkoman Sesamöl und Kikkoman Sojasauce zugeben. Die Quiche in Stücke schneiden, mit der Sesam-Soja-Mischung beträufeln und servieren.