

Vital Cuisine

Naturbelassene Gewürze

Naturprodukte Kellenberger GmbH • Platz 230 • CH-9428 Walzenhausen
☎ 071 886 51 00 • 📠 071 886 51 01 • ✉ info@naturprodukte.ch
🌐 www.vital-cuisine.ch

Lauch-Quiche

Zutaten für 4 Personen

1	Stück	Blätterteig rund	Backofen auf 200 Grad vorheizen. Blätterteig in das vorbereitete Blech legen, Boden mit einer Gabel dicht einstechen
800	g	Lauch	In feine Streifen schneiden In einer Bratpfanne anbraten, Hitze reduzieren, Lauch und Zwiebel mitdämpfen bis sie leicht zusammenfallen, auskühlen lassen Nach dem Auskühlen auf dem belegten Blech verteilen
2	Stück	Zwiebel	
200	g	Speckwürfel	
100	g	Appenzellerkäse	reiben und darüber streuen
200	g	Crème fraîche	Crème fraîche und Eier mit dem Schwingbesen verquirlen
3	Stück	Eier	
1	Essl.	Vitalwürze-rassig Pfeffer	Würzen, den Guss auf dem Blech verteilen
			Ca. 40 Minuten auf der untersten Rille des Backofens backen



Die verwendeten Vital-Cuisine-Gewürze:

Vitalwürze-rassig