

für 1 Blech von 28-30 cm Durchmesser

**Teig:**

200 g UrDinkelmehl, hell  
1 TL Salz  
75 g Butter, kalt, in Stücke geschnitten  
1 EL Essig  
6-7 EL Wasser, kalt

**Füllung:**

1 Knoblauchzehe, gepresst  
1 Zwiebel, fein gehackt  
Butter zum Dämpfen  
250 g Nüsslersalat oder Blattspinat  
Salz, Pfeffer, wenig Muskatnuss  
400 g Lachs, ohne Haut, gewürfelt

**Guss:**

1 EL UrDinkelmehl, hell  
1,5 dl Milch  
1,5 dl Rahm  
3 Eier  
Salz, Pfeffer

1 Teig: Mehl und Salz mischen, Butter begeben, mit den Händen fein krümelig reiben. Essig und Wasser beifügen, zu einem Teig zusammenfügen, nicht kneten. Ca. 30 Minuten zugedeckt kühl stellen.

2 Den Teig mit wenig Mehl auswallen, ins bebutterte Blech legen. Teigboden mit einer Gabel einstechen.

3 Belag: Knoblauch und Zwiebel in der Butter andämpfen. Nüssler oder Spinat beifügen, zugedeckt zusammenfallen lassen, würzen. Flüssigkeit offen einkochen, etwas abkühlen lassen.

4 Guss: Mehl mit der Milch anrühren, restliche Zutaten darunter rühren, würzen.

5 Nüssler oder Spinat und Lachswüfel auf dem Teigboden verteilen, Guss darüber verteilen.

**Backen:** 30-35 Minuten in der Mitte des auf 200 °C warmen Ofens. Quiche heiss oder lauwarm in Stücke schneiden und servieren.

**Hinweise**

Nach Belieben anderen Fisch verwenden.

½ Zitrone, abgeriebene Schale, unter den Guss mischen.

Quelle: IG Dinkel