



[www.franz-blienert.de](http://www.franz-blienert.de)

## Spargel-Quiche

### Zutaten für 6 Personen

2 Pck. tiefgekühlter Blätterteig  
1000 g Spargel weiß  
5 Eier  
100 g Bergkäse  
400 ml Sahne  
Salz, Pfeffer aus der Mühle,  
frische Petersilie

### Zubereitung

Spargel schälen, Enden abschneiden und in kochendem Wasser bissfest garen. Kurz auskühlen lassen und einmal quer durchschneiden.

Blätterteig ausrollen, in eine Springform oder eine flache Rechteck-Backform geben und aus dem Rest einen Rand formen. Den Spargel auf den Blätterteig verteilen. Den geriebenen Käse auf dem Spargel verteilen. Eier, Sahne und Petersilie verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Über die Quiche geben und für 30 Minuten bei 220 Grad Ober- und Unterhitze oder 200 Grad Umluft garen.

**Obst und Gemüse  
Franz Blienert**  
Plaskoart 2  
48361 Beelen

Telefon:  
+49 2586 1348

Mobil:  
+49 176 23716592

[info@franz-blienert.de](mailto:info@franz-blienert.de)

### Wochenmärkte

**Warendorf**  
Dienstag u. Freitag  
07:00 – 12:30 Uhr

**Wiedenbrück**  
Samstag  
07:00 – 12:30 Uhr