



KOCHKÄSE-ZWIEBEL-KUCHEN

Herbst, Federweißer, Zwiebelkuchen – ein Dreigestirn, das in keinem Herbst fehlen darf!
Probiert eine neue Variante des Zwiebelkuchens mit Kochkäse ...

ZUTATEN

Für einen Kuchen

Für den Teig

150g Magerquark

7 EL Sonnenblumenöl

7 EL Milch

½ TL Salz

Ca. 300g Mehl

1 TL Backpulver

Mehl zum Ausrollen

Fett für die Form

Für die Füllung

1kg Gemüsezwiebeln

2 EL Butter

2 EL Thymianblättchen

Salz, Pfeffer

150g Etelser Kochkäse mit Kümmel

250g saure Sahne

5 Eier

Zusätzlich

Springform Ø 24 cm



ZUBEREITUNG

1

Für den Teig den Quark in einem Sieb abtropfen lassen. Quark, Öl, Milch und Salz verrühren. Mehl und Backpulver mischen und unter den Quark kneten. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen. Der Teig sollte ca. 5 cm größer ausgerollt werden als die Springform groß ist. Die Springform einfetten, den Teig hineingeben und an den Rändern fest andrücken. Den Teig am Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen.

2

Für die Füllung die Zwiebeln abziehen, halbieren und in Ringe schneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten dünsten. Thymianblättchen unter die Zwiebeln rühren. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas abkühlen lassen.

3

Kochkäse, saure Sahne und Eier gut verrühren. Die Zwiebelmischung kurz in einem Sieb abtropfen lassen, damit die Füllung nicht zu feucht wird und auf den Teigboden geben. Die Kochkäsemasse darüber gießen.

4

Im Ofen den Kochkäse-Zwiebel-Kuchen etwa 60-70 Minuten goldbraun backen. Eventuell muss er mit Backpapier abgedeckt werden, damit der Zwiebelkuchen nicht zu dunkel wird. Vor dem Anschneiden etwa 10 Minuten stehen lassen. Schmeckt kalt oder warm.

5

Wer es gerne herzhafter möchte, kann auch gerne vor den Zwiebeln noch Speck oder Schinken anbraten. Anstatt der Zwiebeln kann man fast jedes Gemüse der Saison für den Kuchen nehmen. Sehr gut schmeckt der Kuchen auch mit Porree, Spargel oder Frühlingsgemüse.

MEINE NOTIZEN
