



Gemüsekuchen, der appetitliche Snack zum Glas Wein

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4-6
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4-6', 'yield' : " });
```

Hausgemacht, toll mit frischem Marktgemüse, gesund, preiswert

Zutaten

- Der Mürbeteig, ausreichend für 1 herkömmliche Springform)
- 250 g Mehl
- 150 g Butter
- 1 Ei
- 90 ml Wasser
- Für die Gemüsefüllung:
- 1 kleine Knolle frischer Broccoli in Röschen geschnitten
- (oder Romanesco bzw. Blumenkohl)
- 1 Bündchen Frühlingslauch in 3 - 4 cm langen Stücken
- 4 junge, frische Zuckermöhren, in 3 - 4 cm lange Stücken
- 5 weiße Champignonköpfe, halbiert
- 1 junges Kohlrübchen in großen Würfeln
- 60 würzigen Bergkäse
- Etwas Butter
- Für die "Royal-Eierguss":
- 5 ganze Eier
- Gleiche Menge Sahne
- Gewürze wie: Salz, Pfeffer, etwas geriebene Muskatnuss

Zubereitungsart

Schritt1

Schritt2

Der Mürbeteig:

Schritt3

Die weiche Butter mit Mehl, Salz, Wasser und dem Ei intensiv verkneten, ca. 30 min. "ruhen" lassen. Ausrollen, die Springform bestücken, (mit dem Rand) ca.10 min bei 180° C "blind" vorbacken.

Schritt4

Das Gemüse:

Schritt5

Das Gemüse waschen und putzen und in gleichmäßige Stücke oder Röschen schneiden. Nacheinander, für lediglich 2 min., in Salzwasser blanchieren und sofort in Eiswasser abkühlen. Auf einem Küchentuch geben, abtropfen lassen.

Schritt6

Die Royal / Eiernuss:

Schritt7

Die Sahne mit den ganzen Eiern, zu gleichen Teilen in ein Litermaß geben, (kann man die Mengen am besten ablesen) zu einem „Royal-Eiernuss“ verquirlen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Schritt8

Der Aufbau des Gemüsekekens:

Schritt9

Gern schwenke ich nun das blanchierte Gemüse in kleinen Portionen noch in brauner Butter an. (das gibt noch einmal Geschmack)

Schritt10

Danach gleichmäßig auf dem "blind" vorgebackenen Boden verteilen und die "Royal" darüber geben. Noch einmal ca. 30 - 35 min. bei 180° zu Ende backen.

Schritt11

5 min. vor Ende der Backzeit, frisch gehobelte Späne eines würzigen Berg - oder auch Pizza Käses darüber geben; bei voller Oberhitze appetitlich überkrusten.

Schritt12

In beliebige Stücke schneiden, heiß servieren.

Rezeptart: Vegetarisch **Tags:** fleischlos

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/gemuesekuchen-der-appetitliche-snack-zum-glas-wein/>