



Spinatkuchen

Rezept für einen herzhaften Spinatkuchen

Genuss pur verspricht das Rezept von BAYERN 1 Sternekoch Alexander Herrmann: Der herz hafte Spinatkuchen geht ganz schnell und einfach!

Stand: 24.03.2023 | [Bildnachweis](#)



Spinat-Zwiebelkuchen

Zutaten für den Teig

250 g Vollkornmehl
ein Eigelb
125 g Quark
75 g Butter (zimmerwarm)
eine Prise Salz

Zutaten für die Füllung

4 Zwiebeln, groß
100 g Bauchspeck, durchwachsen
150 g Blattspinat, frisch (oder Babyspinat)
ein EL brauner Zucker
200 ml Milch
4 Eier

3 bis 4 Zweige Majoran, frisch
eine Prise Kümmel, gemahlen
50 g Butter
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

So bereiten Sie Spinatkuchen zu

Vollkornmehl, Quark, Butter, Eigelb und eine große Prise Salz rasch zu einem glatten Teig verkneten, in etwas Frischhaltefolie einwickeln und mindestens 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den Speck in kleine Würfel schneiden. Den Spinat waschen, abtropfen lassen, dickere Stiele entfernen und grob schneiden (bei Baby-Spinat nicht nötig). Die Majoranblättchen von den Zweigen zupfen und fein schneiden.

Speckwürfel und Zwiebelstreifen mit Butter in einer großen, beschichteten Pfanne auf dem Herd anschwitzen, bis die Zwiebeln glasig bis hellgelb sind. Mit dem braunen Zucker bestreuen, leicht karamellisieren lassen, den Spinat unterheben, kurz in der Zwiebelmasse fallen lassen und die Pfanne vom Herd nehmen.

Anschließend herzhaft mit Salz, Pfeffer, gemahlenem Kümmel und dem fein geschnittenen Majoran abschmecken und etwas abkühlen lassen.

Die Milch mit den Eiern verquirlen und ebenfalls mit einer Prise Salz abschmecken.

Eine große Tarteform etwas einfetten und mit Mehl bestäuben.

Den gekühlten Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen, die etwas größer als die Form ist, die vorbereitete Form damit auslegen, leicht andrücken und den überstehenden Teig glatt abschneiden.

Die Spinat-Zwiebelfüllung gleichmäßig auf dem Teigboden verteilen, mit der Eier-Milch-Mischung auffüllen und vorsichtig auf ein Backgitter in die untere Schiene des auf 180°C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofens schieben und den Zwiebelkuchen etwa 30 bis 45 Minuten garen, bis die Füllung komplett gestockt und von oben leicht gebräunt ist.

(Die Backzeit kann je nach Füllhöhe der Tarteform leicht variieren.)

Anschließend vorsichtig herausnehmen, etwas abkühlen lassen, in Kuchenstücke schneiden und servieren.

Kennen Sie schon unseren BAYERN 1 Zwiebelkuchen? Himmlisch!