

# Aus der Hado-Küche: Ein Geflügelrezept

Restaurant Services

## Dinkel-Quiche mit Hähnchen und Mango

für 4 Personen:

100 g	zimmerwarme Butter
200 g	Dinkelmehl (Type 1050) Ursalz oder Steinsalz
2	Eier
400 g	Hähnchenbrustfilets
1	Mango (etwa 450 g)
1 EL	Erdnussöl
1 EL	Limonensaft
200 g	Roquefort
150 g	Sahne weißer Pfeffer, Mutterkümmel
1 Msp.	Galgantpaste

Pergamentpapier und getrocknete Hülsenfrüchte (z. B. Linsen) zum Blindbacken

Die Butter mit dem Mehl, 1 Prise Salz und dem Ei zu einem glatten Teig verkneten. Mit dem Teig eine Backform von 26 cm Durchmesser auskleiden, dabei einen Rand von etwa 3 cm hochziehen. Den Teig etwa 1 Stunde kühl stellen. Die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden, mit Salz, Galgant und Mutterkümmel würzen.

Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Kern schneiden und würfeln.

Das Öl erhitzen und das Hähnchenfleisch darin anbraten. Die Mango hinzufügen und so lange mitbraten, bis die austretende Flüssigkeit verdampft ist. Den Limonensaft einrühren.

Den Roquefort, das Ei und die Sahne mit einer Gabel vermengen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Den Backofen auf 220 °C vorheizen (Gas Stufe 4). Den Teig mit Pergamentpapier und einer Schicht Hülsenfrüchte belegen und im Backofen etwa 15 Minuten blindbacken.

Die Hülsenfrüchte und das Papier entfernen. Die Fleischmischung auf dem Teig verteilen und mit der Roquefortcreme bedecken. Die Quiche im Backofen in etwa 25 Minuten fertig backen.

Rezept von Siegfried Sattler, Restaurant Services, München