

# Quiche Lorraine mit Lauch und Speck

Gesamtzeit **50 Min.** 15 Min. Vorbereitungszeit **35 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):  
**2.125 kJ / 512 kcal**

Fett: **36,9 g** Eiweiß: **22,2 g**  
Kohlenhydrate: **22,4 g**

## ZUTATEN

**6 Portion(en)**

### Für den Belag:

**2** dünne Stangen Lauch  
**125 g** Speckwürfel  
**2 EL** [Kikkoman natürlich  
gebraute Sojasauce](#)

### Für den Teig:

**75 g** kalte Butter  
**150 g** Mehl Type 405  
**1 EL** [Kikkoman natürlich  
gebraute Sojasauce](#)  
Fett für die Form  
(alternativ: Quiche- und  
Tarteteig aus dem  
Kühlregal)

### Für die Füllung und zum Beträufeln:

**4** Eier  
**200 g** Schlagobers  
**90 ml** [Kikkoman natürlich  
gebraute Sojasauce](#)  
**150 g** geriebener Käse  
**0,75 TL** Thymian, gerebelt  
Pfeffer aus der Mühle  
Muskatnuss, gerieben  
**2 EL** Sesam  
**2 EL** [Kikkoman geröstetes  
Sesamöl](#)

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

**2** dünne Stangen Lauch - **125 g** Speckwürfel - **2 EL** [Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce](#)  
Lauch in Ringe schneiden. Speck in einer beschichteten Pfanne anbraten und den Lauch dazugeben. Ca. 10 Min. dünsten und mit Kikkoman Sojasauce würzen.

### Schritt 2

#### Für den Teig:

**75 g** kalte Butter - **150 g** Mehl Type 405 - **1 EL** [Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce](#) - Fett für die Form (alternativ: Quiche- und Tarteteig aus dem Kühlregal)  
Den Backofen auf 180 °C vorheizen und eine Quiche- oder Tarteform (Ø ca. 30 cm) einfetten. Alle Zutaten mit ca. 4 EL Wasser zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig zwischen Folie etwas größer als die Backform rund ausrollen. Teig in die Form legen und mehrfach mit einer Gabel einstechen.

### Schritt 3

#### Für die Füllung:

**4** Eier - **200 g** Schlagobers - **4 EL** [Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce](#) - **150 g** geriebener Käse - **0,75 TL** Thymian, gerebelt - Pfeffer aus der Mühle - Muskatnuss, gerieben  
Eier mit Schlagobers und Kikkoman Sojasauce verquirlen. Käse und Thymian unterrühren und mit Pfeffer und Muskat würzen. Die Lauch-Speck-Mischung auf dem Teig verteilen, mit der Eier-Obersmischung übergießen und im vorgeheizten Backofen 25 bis 35 Min. goldbraun backen.

#### **Schritt 4**

**2 EL Sesam - 2 EL Kikkoman geröstetes Sesamöl 2**

**EL Kikkoman natürlich gebrauchte Sojasauce**

Sesam in einer kleinen beschichteten Pfanne goldbraun rösten. Kikkoman Sesamöl und Kikkoman Sojasauce zugeben. Die Quiche in Stücke schneiden, mit der Sesam-Soja-Mischung beträufeln und servieren.