

[← Zurück](#)

Gemüse

Gemüse

[Gemüsearten](#)

[Gemüsebau in Zahlen](#)

[Podcast "Verwurzelt"](#)

[Gemüsepfad](#)

[Häufig gestellte Fragen](#)

Salz, Pfeffer

250 g **Ricotta**

1 dl **Halbrahm**

5 **Zweige Zitronenthymian, Blätter abgezupft**

1 Prise **Muskatnuss**

1 TL **Salz**

Pfeffer

6 **kleine Eier (Grösse S), Raumtemperatur**

Salz

12 Aluformen für Käseküchlein à je 10 cm Durchmesser. Butter für die Formen.

Und so wird's gemacht

1 von 2

ZUBEREITEN

Formen grosszügig mit Butter einfetten. Filoteigblätter sorgfältig auseinanderfalten. Teigblätter sofort mit Butter bestreichen, je 3 Blätter aufeinanderlegen. In 12 Quadrate von je ca. 14 cm schneiden, locker in die vorbereiteten Formen legen. Bis zur Weiterverarbeitung kühl stellen. Öl in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch ca. 2 Min. andünsten. Mangold beifügen, ca. 5 Min. mitdünsten, würzen, Pfanne beiseitestellen, leicht abkühlen. Ricotta und Rahm mischen, Mangold und Thymian beifügen, würzen. Masse auf den Teigböden verteilen. Mit dem Löffelrücken je eine Einbuchtung formen. Eier einzeln aufschlagen, sorgfältig in die Vertiefungen gleiten lassen, salzen.

2 von 2

BACKEN

Auf der untersten Rille des auf 200° C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens 15–20 Min. backen, bis die Ränder des Teiges goldgelb, die Eiweisse gar und die Eigelbe noch flüssig sind. Herausnehmen, warm servieren.

TIPP

Dazu passt ein saisonaler Salat.

Eier gegen Ende der Garzeit gut im Auge behalten, je nach Grösse und Temperatur der Eier kann die Garzeit variieren. Filoteig ist auch unter dem Namen Jufka- oder Brikteig erhältlich.

Saisonales Schweizer Gemüse ist immer besser.

Dieses Gemüse hat jetzt Saison



[**Zum Saisonkalender**](#)

Diese Rezepte könnten dir auch gefallen



Hier findest du weitere Rezepte

Werde Gemüsegärtner/in!

Gemüsegärtnerinnen und Gemüsegärtner produzieren im Freiland wie im Gewächshaus die verschiedensten Gemüsearten. Es steckt viel Arbeit und Planung dahinter bis Karotten, Tomaten, Salat und Co. frisch auf dem Teller sind.

Erfahre mehr über die vielseitige Ausbildung des Gemüsegärtners.

Berufsbildung

Der VSGP ist die Berufsorganisation der Schweizer Gemüseproduzentinnen und -produzenten und vertritt deren Interessen.

Sprache wechseln:

Deutsch

Français

Italiano

Folge uns:

Saisonkalender

[Rezepte](#)

[Hofläden](#)

[Gemüsebau in Zahlen](#)

[Podcast "Verwurzelt"](#)

[Gemüsepfad](#)

[Häufig gestellte Fragen](#)

Gemüsearten

[Frischgemüse](#)

[Lagergemüse](#)

[Verarbeitungsgemüse](#)

[Schweizer Spargeln](#)

[Schweizer Chicorée](#)

[Schweizer Sauerkraut & Sauerrüben](#)

Berufsbildung

[Ausbildung](#)

[Lehrstellenverzeichnis](#)

[Weiterbildung](#)

[Informationen für BerufsbildnerInnen](#)

Kontakt

[Medien](#)

[Impressum](#)

[Datenschutzerklärung](#)

[Verband Schweizer Gemüseproduzenten](#)



Schweiz. Natürlich.