

Zutaten für 5-8 Personen:

## Mürbteig:

|       |                           |
|-------|---------------------------|
| 200 g | <b>DinkelVollkornMehl</b> |
| 100 g | Butter                    |
| 1 EL  | Essig                     |
| 1 EL  | Wasser                    |
| 1 TL  | Salz                      |

## Füllung I:

|       |   |
|-------|---|
| 40 ml | Olivenöl, raffiniert  |
| 120 g | Zwiebel   |
| 250 g | Mangold, ersatzweise Spinat oder Portulak<br>Waschen und trocken schleudern<br>Salz und Pfeffer aus der Mühle |

## Füllung II:

|        |   |
|--------|---|
| 40 ml  | Olivenöl, raffiniert  |
| 120 g  | Zwiebel   |
| 70 g   | Linsen, rot   |
| 250 g  | Tomaten, gewürfelt (frisch oder aus der Dose)                       |
| 200 ml | Gemüsesuppe   |
| 200 ml | Kokosmilch  |
| 2 ST   | Knoblauchzehen, gehackt   |
| 10 g   | Ingwer, gehackt   |
| ½ TL   | Kardamom, gemahlener  |
| ½ TL   | Zimt, gemahlener  |
| ½ TL   | Kurkuma, gemahlener   |
| 2 ST   | Eier, verquirlt   |
| 10 BL  | Basilikum, frischer, grob gehackt<br>Salz und Pfeffer aus der Mühle |

Herstellung:

1. Für den Mürbteig alle Zutaten kurz zusammenkneten und eine Stunde kühl rasten lassen.
2. Für die **erste** Füllung, die Zwiebel würfeln, in Öl andünsten und die in ca. 2 cm breite Streifen geschnittenen Mangoldblätter 10 Minuten mitdünsten und mit Salz bzw. Pfeffer würzen.
3. Für die **zweite** Füllung, Zwiebel würfeln und in Öl andünsten, Linsen Tomatenstücke und Gemüsesuppe hinzufügen und 10 Minuten weich garen. Die Kokosmilch mit Knoblauch, Ingwer und den Gewürzen hinzugeben und noch einmal 5 Minuten Auskühlen lassen. Eier und Basilikum untermischen und gut mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Den Teig auf einer bemehlten Fläche ausrollen und in eine gefettete, bemehlte Quiche- oder Tortenform legen. Mehrmals mit der Gabel einstechen und 20 Minuten im vorgeheizten Backrohr bei 180 °C „blind“backen.
5. Dann Füllung eins darauf und Füllung zwei darüber verteilen und weitere 20-30 Minuten backen.

