



Leichter kochen,
besser essen!



KW21
2016

HelloFresh.de_kundenservice@hellofresh.de

Mediterrane Zucchini-Tarte mit Ziegenfrischkäse und Kräutern, dazu einen kleinen Salat

Ziegenkäse ist der älteste Käse der Welt und stammt ursprünglich aus dem Mittelmeerraum. Heute verfeinert er in seiner jüngsten Form, als herrlich milder Frischkäse, Deine Schlemmer-Tarte. Genieße ihn in der Kombination mit Zucchini, Rucola und Kirschtomaten!



40 min.



Stufe 1



Zucchini



Blätterteig



Ziegenfrischkäse



Rosmarin



Thymian



Parmesan



Kirschtomaten



Rucola



Knoblauch

Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
Blätterteig 1)	1	2
Parmesan 7)	40 g	80 g
Ziegenfrischkäse 7)	100 g	200 g
Knoblauch	½ ⊕	1
Zucchini	1	2
Rosmarin	3 Stängel	5 Stängel
Thymian	3 Stängel	5 Stängel
Rucola	50 g	100 g
Kirschtomaten	100 g	200 g

⊕ Restliche Menge wird ggf. noch für ein anderes Rezept benötigt.

Allergene

1) Gluten 7) Lactose 10) Senf 12) Schwefeldioxid und Sulfite

Nährwerte pro Person

Kalorien: 811 kcal
 Kohlenhydrate: 58 g
 Fett: 25 g, Eiweiß: 34 g
 Ballaststoffe: 3 g

Gut im Haus zu haben (Bei 4 Personen Mengen verdoppeln).....

Salz, Pfeffer, Olivenöl, (Balsamico-)Essig 12), Senf 10), Honig

Was zum Kochen gebraucht wird

Backofen, Backpapier, Backblech, Gemüseribe, kleine Schüssel, Knoblauchpresse, große Schüssel



Vorbereitung: Alle Zutaten und Utensilien bereitstellen. **Gemüse** und **Kräuter** waschen und putzen. Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vorheizen.

1 **Blätterteig** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und mehrfach mit einer Gabel einstechen.

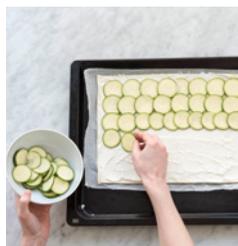


2 **Parmesan** fein reiben. In einer kleinen Schüssel **Ziegenfrischkäse** mit ein wenig Wasser und der Hälfte des **Parmesans** verrühren, bis eine leichte, cremige Masse entsteht. **Knoblauch** abziehen und dazu pressen. Alles verrühren und zum Ziehen beiseitestellen.



3 **Zucchini** dünn hobeln (mit einem Messer klappt das genauso gut). **Kräuter** trocken schütteln, Blätter abzupfen, **Rosmarin** grob hacken.

4 **Ziegenkäsecreme** auf dem **Blätterteig** verstreichen, dabei 2 cm am Rand frei lassen. **Zucchinischeiben** fächerförmig darauf anrichten, mit **Salz**, **Pfeffer** und **Kräutern** bestreuen. Restlichen **Parmesan** darüber streuen. **Tarte** auf der mittleren Schiene im Backofen ca. 20 Min. backen, bis der **Parmesan** goldbraun zerlaufen ist.



5 Währenddessen: **Rucola** in mundgerechte Stücke schneiden, **Kirschtomaten** vierteln. In einer großen Schüssel 2 EL **Olivenöl**, 1 EL **Essig**, 1 TL **Senf**, ½ TL **Honig**, **Salz** und **Pfeffer** zu einem **Dressing** verrühren. **Rucola** und **Tomatenviertel** unterheben und bis zum Anrichten ziehen lassen.

6 **Tarte** aus dem Ofen nehmen, in Stücke schneiden und auf Tellern anrichten. Zusammen mit dem **Rucola-Tomaten-Salat** genießen!