HIRTENKÄSE-BABYSPINAT-TARTE AUS FILOTEIG

ADD-ON

Aufgrund der aktuellen Situation kann es verstärkt zu Zutatenänderungen in unseren Rezepten kommen.

Bitte beachte daher folgendes:

- Prüfe immer die Allergene, mögliche Spuren von Allergenen sowie bei Bedarf (z.B. Diabetes) mögliche Abweichungen des Zuckergehalts auf der Zutatenverpackung.
- Wenn in Deinem Rezept eine Zutat fehlt oder durch eine andere ersetzt wurde, findest Du die aktualisierte Version des Rezepts mit Zubereitungsschritten sowie aktuellen Nährwerten, Allergenen und Produktinformationen unter www.hellofresh.de/menus/2020-W26

Vielen Dank für Dein Verständnis!

- Filoteig
- Butter
- Hirtenkäse
- Knoblauchzehe
- Babyspinat
- Schalotte
- Muskatnuss

30 Minuten

Stufe **1**

Veggie

903

LOS GEHT'S

Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.
Wasche das **Gemüse** ab.
Zum Kochen benötigst Du **1 Backblech** mit **Backpapier** und **1 große Pfanne**.

1 ZU BEGINN

Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor.

Schalotte und **Knoblauch** abziehen und beides fein hacken.

2 SCHALOTTE BRATEN

Bei mittlerer Hitze 1 EL **Öl*** in einer großen Pfanne erhitzen und **Schalotte** und **Knoblauch** darin 4 – 6 Min. anbraten, bis diese weich und gebräunt sind.

3 FÜLLUNG ZUGEBEN

Spinat in kleinen Portionen nach und nach in die Pfanne geben, bis der **Spinat** zusammengefallen ist. **Spinat** mit **Pfeffer*** und **Muskatnuss** abschmecken. Pfanne vom Herd nehmen und **Hirtenkäse** über den **Spinat** bröseln.

4 TARTE FALTEN

5 **Filoblätter** übereinander auf einem mit Backpapier belegten Backblech ausbreiten. **Hirtenkäse-Spinatfüllung** in die Mitte der **Filoblätter** geben. Die Seiten und Ecken der **Filoblätter** über den **Füllung** zusammenschlagen, bis die **Füllung** ganz bedeckt ist. ★ ***TIPP:*** *Der Filoteig kann oben ruhig etwas locker und unordentlich sein, dann wird dieser extra knusprig.*

5 TARTE PINSELN

Butter in der Pfanne erwärmen, bis sie flüssig ist, und mit einem Pinsel die **Tarte** vorsichtig damit einstreichen. **Tarte** für 15 – 18 Min. im Ofen backen, bis sie oben und unten goldbraun ist.

6 ANRICHTEN

Nach der Garzeit **Tarte** kürz abkühlen lassen, verteilen und genießen.

Guten Appetit!

2 PERSONEN ZUTATEN

	2P
Filoteig 1)	250 g
Butter 5)	10 g
Hirtenkäse 5)	200 g
Knoblauchzehe ES	1
Babyspinat	75 g
Schalotte NL	1
Muskatnusspulver	1 g
Öl* für Schritt 2	1 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack

* Gut, im Haus zu haben.
Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 300 g)
Brennwert	914 kJ/219 kcal	2.701 kJ/646 kcal
Fett	6,86 g	20,28 g
– davon ges. Fettsäuren	2,69 g	7,96 g
Kohlenhydrate	26,31 g	77,75 g
– davon Zucker	1,65 g	4,88 g
Eiweiß	11,99 g	35,44 g
Salz	1,114 g	3,292 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGSLÄNDER

ES: Spanien NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar.