



Leichter kochen,  
besser essen!



hellofresh.de | kundenservice@hellofresh.de



KW 47 Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #hellofreshgewinnspiel bei uns auf 2015

## Französische Gemüse-Tarte mit Feta, getrockneten Tomaten und Oliven

Schön bunt, schön warm, schön käsig, schön grün dank Rucola - bei dieser französischen Pizza passt einfach alles. Und sie lässt sich prima teilen und auch leicht mit der Hand essen - spart den Abwasch. Bon appétit wünscht Dir Deine Sonja!



30 min.



Stufe 1



Blätterteig



Knoblauch



Rosmarin



grüne Paprika



gelbe Kirschtomaten



rote Zwiebel



getrocknete Tomaten



Oliven



Feta



Rucola

Zutaten in Deiner Box .....	2 Personen .....	4 Personen .....
Blätterteig 1) 15)	1	2
Knoblauch ⊕	1/8	1/4
Rosmarin (Zweig)	1	2
Paprika, grün	1	2
Kirschtomaten, gelb	200 g	400 g
Zwiebel, rot	1	2
Tomaten, getrocknet 15)	100 g	200 g
Olivens, schwarz	50 g	100 g
Feta 7)	100 g	200 g
Rucola	50 g	100 g

⊕ Ggf. auch für andere  
Rezepte verwenden

### Allergene

1) Gluten 7) Lactose  
15) Kann Spuren von  
Allergenen enthalten

### Nährwerte pro Person

Kalorien: 885 kcal  
Kohlenhydrate: 68 g  
Fett: 57 g, Eiweiß: 24 g  
Ballaststoffe: 10 g

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

Olivensöl, Salz, Pfeffer

**Was zum Kochen gebraucht wird** .....

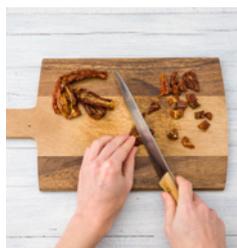
Backofen, Backpapier, Backblech, Knoblauchpresse, Sieb



**1** Backofen auf 200 °C Ober-/ Unterhitze (180 °C Umluft) vorheizen. **Blätterteig** auf einem mit Backpapier belegten Backblech ausrollen.



**2** **Knoblauch** ⊕ in eine Schüssel pressen. **Rosmarin** waschen, trocken schütteln, Nadeln abzupfen, fein hacken und zum **Knoblauch** geben. Beides mit 1½ EL **Olivensöl** vermengen und mit ein wenig **Salz** und **Pfeffer** würzen.



**3** **Paprika** waschen, entkernen und in feine Streifen schneiden. **Kirschtomaten** waschen und halbieren. **Zwiebel** abziehen und in feine Streifen schneiden. **Getrocknete Tomaten** grob hacken. **Olivens** halbieren. Dann gründlich mit dem **Knoblauch-Rosmarin-Öl** vermischen. **Feta** grob zerkleinern.

**4** **Gemüsemischung** auf dem **Blätterteig** verteilen (dabei ca. 2 cm Rand frei lassen) und mit **Feta** bestreuen. Dann **Gemüse-Tarte** auf der mittleren Schiene im Ofen 10–12 Min. (oder nach Packungsangabe) knusprig backen.

**5** **Rucola** waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. In einer Schüssel 1 TL **Olivensöl**, etwas **Salz** und **Pfeffer** verrühren, **Rucola** unterheben.



**6** **Gemüse-Tarte** nach der Garzeit aus dem Ofen nehmen und in Stücke schneiden. Diese auf Tellern verteilen, mit **Rucola** bestreuen und genießen!