

Recept!

Plaattaart met courgette en tonijn

Ingrediënten

2 courgettes
2 rode uien
2 eetlepels olijfolie
65 gram tomatenpuree
2 blikjes tonijn op water
1 rol vers bladerdeeg
2 eieren
125 ml slagroom
Bakje roomkaas
2 theelepels gedroogde oregano

Bereiding

Verwarm de oven voor op 180 °C. Snij de courgette in stukjes en snijd de ui in halve ringen. Verhit de olie in een koekenpan en bak de ui met de oregano en tomatenpuree op laag vuur 5 min. Bak daarna nog een aantal minuten met de stukjes courgette. Laat de tonijn uitlekken.

Rol de bladerdeeg uit. Klop de eieren los met de slagroom. Breng op smaak met peper en eventueel zout.

Neem het uimengsel van het vuur en schep de courgette en tonijn erdoor. Verdeel over het deeg. Schenk het eimengsel erover. Verdeel de roomkaas erover. Bak de plaattaart in ca. 45 min. in het midden van de oven goudbruin en gaar.

Eetsmakelijk!

Onze *inspiratie*: Allerhande
Januari 2018 Biologische boerderijwinkel
Kleinlangevelsloo – Supermarkt in het bos!

Biologische
Boerderijwinkel