

Tarta ze szpinakiem i kurczakiem



Autor: iwonasz

Przepisów: 28 Ocena: 1375



5-6 os.



60 min



średnie



przystępne



Składniki:

- CIASTO
- margaryna, 200g
- mąka-pszenna lub razowa, 360g
- ZIMNA WODA, 5 łyżek
- nadzienie
- cebula, 2 szt
- szpinak świeży, 2 wiązki
- pieczona lub grilowana piers z kurczka, 1 duża
- ser typu feta, 100 g
- mleko lub śmietanka, 300ml
- Jaja, 3 szt
- sól, pieprz,
- czosnek, 3 ząbki
- oliwa do smażenia

Sposób przygotowania:

- 1 z podanych składników na ciasto wyrobić podkład i wylepić formę ,schłodzić.
- 2 Cebulę pokroić w pióra przesmażyć aż zmięknie.odstawić.Filet pokroić w kostkę,ser również.Liście szpinaku wypłukane wrzucić na głęboka patelnię podlać kilkoma łyżkami wody i poczekać aż zwiędną po czym odcedzić odcisnąć i grubo posiekać wrzucić do cebuli.
- 3 Na ciasto ułożyć filet ser ,cebulę ze szpinakiem.Mleko lub śmietankę wymieszać z jajami dodać przyprawy i wyciśnięty lub drobno posiekany czosnek,zalać tą mieszaniną tartę i zapiekać w piekarniku nagrzanym do 220 stopni aż ciasto się zrumieni a nadzienie "zsiądzie".Dla podwyższenia kaloryczności można wierzch posypać tartym serem

Twoje notatki do przepisu: