



Grünkohl-Möhren-Tarte

mit Blätterteig



Zutaten für 2 Personen:

Füllung	Den Ofen auf 200°C aufheizen. Den Blätterteig auspacken und in eine eingefettete Form drapieren. Hier kann eine runde Tarteform, oder auch eine kleine Auflaufform verwendet werden.
200 g Grünkohl	
1 Zwiebel	
1 Feta (200 g)	
100 ml Mandeldrink	Dann die Möhren, die Petersilie und den Grünkohl gründlich waschen. Die Möhren nach Belieben schälen, die Enden abschneiden und der Länge nach halbieren. Den Grünkohl von den Stielen abziehen und den unteren Teil der Petersilienstängel abschneiden.
3 Eier	
1 Bund Petersilie	
etwas Muskatnuss	
Salz	
Pfeffer	Eier, Milch und Gewürze zuerst in den Mixer geben, dann den Feta, die Petersilie (bis auf einige Zweige für die Garnierung), die geschälte Zwiebel und den Grünkohl hinzugeben und alles grob pürieren.
Außerdem	
1 frischer Blätterteig	Die Möhren kurz in kochendem Wasser blanchieren, abgießen, abtropfen lassen und auf dem Blätterteig verteilen. Den Grünkohl-Mix darüber geben und bei 180 °C ca. 35 Minuten backen.
etwa 500 g Möhren	
Öl für die Form	