

Lauchtarte mit Senf und Schnittlauchdip dazu Radiesli-Rucola-Salat

Vegetarisch | Viel Gemüse | 35 – 45 Minuten • 4051 kj/968 kcal • Tag 3 kochen

8



frischer Blätterteig



rote Zwiebel



Lauch



Saurer Halbrahm



geriebener Gouda



Rucola



Radiesli



Schnittlauch



mittelscharfer Senf



Rüebli



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut, im Haus zu haben

Öl*, Salz*, Pfeffer*, Honig*, Balsamicoessig*

Los geht's

Wasche Obst, Gemüse und Kräuter ab.

Was Du benötigst

1 Backblech mit Backpapier, 1 grosse Bratpfanne, 1 grosse Schüssel, 1 kleine Schüssel, und 1 Gemüseraffel

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
frischer Blätterteig 7) 15)	1 x 275 g	2 x 275 g
rote Zwiebel	1 x 80 g	2 x 80 g
Lauch	2 x 200 g	4 x 200 g
Saurer Halbrahm 7)	1 x 100 g	2 x 100 g
geriebener Gouda 7)	1 x 50 g	1 x 100 g
Rucola	1 x 75 g	1 x 150 g
Radiesli	1 x 100 g	1 x 200 g
Schnittlauch	1 x 10 g	1 x 10 g
mittelscharfer Senf 9)	1 x 10 ml	2 x 10 ml
Rüebli	1 x 100 g	2 x 100 g
Öl*, Honig*, Balsamicoessig*, Salz*, Pfeffer*	Angaben im Text 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. 1.000 g)
Brennwert	613 kJ/146 kcal	4051 kJ/968 kcal
Fett	9.67 g	63.89 g
- davon ges. Fettsäuren	4.78 g	31.59 g
Kohlenhydrate	10.60 g	70.06 g
- davon Zucker	3.11 g	20.54 g
Eiweiss	3.49 g	23.07 g
Salz	0.299 g	1.974 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 : **7)** Milch (einschliesslich Laktose) **9)** Senf **15)** Weizen.

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



Lauch vorbereiten

Heize den Backofen auf 220°C Ober-/Unterhitze (200°C Umluft) vor.

Lauch längs halbieren, ggf. noch einmal waschen und in feine Streifen schneiden.

Rote Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden.



Tarte backen

Gouda auf den äusseren Rand geben und den Rand leicht über dem **Lauch** überlappend zuklappen, sodass ein 1 – 2 cm breiter Rand entsteht.

Tarte für 15 – 20 Min. backen, bis der Teig unten goldbraun und der Blätterteig aufgegangen ist.



Füllung vorbereiten

In einer grossen Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen.

Lauch und **Zwiebel** zugeben und 6 – 8 Min. anbraten. 0.5 TL [1 TL] **Essig*** zugeben und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

In einer kleinen Schüssel 1 EL [2 EL] **sauren Halbrahm** mit **Senf**, **Salz*** und **Pfeffer*** zusammenrühren.



Salat zubereiten

Rüebli schälen und grob raspeln.

Radiesli in dünne Scheiben schneiden. In einer grossen Schüssel 1 TL [2 TL] **Honig***, 1 TL [2 TL] **Balsamicoessig***, 1 EL [2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** ein **Dressing** zusammenrühren und **Radiesli** und **Rüebli** zugeben.

Schnittlauch in feine Ringe schneiden.

Restlichen **sauren Halbrahm** mit drei Vierteln der **Schnittlauchröllchen** in der kleinen Schüssel aus Schritt 2 vermengen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Teig belegen

Teig auf einem [2] mit Backpapier ausgelegten Backblech ausrollen.

Teig gleichmässig mit der **Creme** bestreichen. **Lauch-Zwiebel-Masse** darauf verteilen und dabei 1 – 2 cm Rand lassen.



Anrichten

Tarte aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen.

Rucola kurz vor dem Servieren unter den **Salat** heben.

Tarte mit restlichem **Schnittlauch** bestreuen, vierteln und auf Teller verteilen. **Salat** dazu anrichten und mit **Schnittlauchcreme** geniessen.

En Guete!

Fehlende Zutat?

Lass es uns wissen: Scanne den QR-Code und sag uns, wenn etwas in deiner Box fehlt!



Leek tarte with mustard and chive dip

served with radish and rocket salad

Vegetarian | Lots of vegetables | 35-45 minutes • 4.051 kj/968 kcal • Cook on day 3

8



Fresh puff pastry



Red onion



Leek



Single sour cream



Grated Gouda



Rocket



Radish



Chives



Medium-hot mustard



Carrots



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Good to have at hand

Oil*, salt*, pepper*, honey*, balsamic vinegar*

Let's get started

Wash the fruit, vegetables and herbs.

What you need

1 baking tray with baking paper, 1 large frying pan, 1 large bowl, 1 small bowl and 1 vegetable grater.

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P	4P
Fresh puff pastry 7 15	1 x 275 g	2 x 275 g
Red onion	1 x 80 g	2 x 80 g
Leek	2 x 200 g	4 x 200 g
Single sour cream 7	1 x 100 g	2 x 100 g
Grated Gouda 7	1 x 50 g	1 x 100 g
Rocket	1 x 75 g	1 x 150 g
Radishes	1 x 100 g	1 x 200 g
Chives	1 x 10 g	1 x 10 g
Medium-hot mustard 9	1 x 10 ml	2 x 10 ml
Carrots	1 x 100 g	2 x 100 g
Oil*, honey*, balsamic vinegar*	Amounts specified in text	
Salt*, pepper*	According to taste	

*Good to have at hand.

**Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 1000 g)
Calories	613 kJ/146 kcal	4.051 kJ/968 kcal
Fat	9.67 g	63.89 g
- incl. saturated fats	4.78 g	31.59 g
Carbohydrate	10.60 g	70.06 g
- incl. sugar	3.11 g	20.54 g
Protein	3.49 g	23.07 g
Salt	0.299 g	1.974 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

Allergens: **7** Milk (including lactose) **9** Mustard **15** Wheat.

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients).



Prepare leek

Preheat the oven to 220 °C top/bottom heat (200 °C fan oven).

Halve leeks lengthways, wash again if necessary and cut into thin strips.

Peel red onion and cut into thin strips.



Prepare the filling

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil* in a large frying pan on a medium heat.

Add leek and onion and sauté for 6-8 min. Add 0.5 tsp. [1 tsp.] vinegar* and season with salt* and pepper*.

In a small bowl, mix 1 tbsp. [2 tbsp.] single sour cream with mustard, salt* and pepper*.



Top pastry

Roll out the pastry on 1 [2] baking tray(s) lined with baking paper.

Spread the cream evenly over the dough. Spread the leek and onion mix on top, leaving a 1-2 cm edge free.



Bake the tarte

Spread the Gouda on the outer edge and fold the edge carefully over the leek, overlapping it slightly, to create a 1-2 cm wide edge.

Bake the tarte for 15-20 min. until the pastry is golden brown underneath and the puff pastry has risen.



Prepare the salad

Peel and coarsely grate the carrots.

Cut the radishes into thin slices. In a large bowl, stir together 1 tsp. [2 tsp.] honey*, 1 tsp. [2 tsp.] balsamic vinegar*, 1 tbsp. [2 tbsp.] oil*, salt* and pepper* to make a dressing and add radishes and carrots.

Cut chives into thin rings.

Mix the remaining single sour cream with three-quarters of the chive rolls in the small bowl from step 2 and season with salt* and pepper*.



Serve

Remove tarte from the oven and allow to cool briefly.

Add the rocket to the salad just before serving.

Sprinkle tarte with the rest of the chives, then cut it into quarters and apportion it onto plates. Serve with salad and enjoy with the sour cream and chives.

Bon appetit!

Missing an ingredient?

Let us know: Scan the QR code and tell us if something is missing from your box!



Tarte au poireau avec de la moutarde et de la ciboulette servie avec une salade de radis et de roquette

8

Végétarien Beaucoup de légumes 35 – 45 minutes • 4.051 kj/968 kcal • Cuisiner au 3e jour



Pâte feuilletée fraîche



Oignon rouge



Poireau



Crème aigre
demi-écrémée



Gouda râpé



Roquette



Radis



Ciboulette



Moutarde mi-forte



Carottes



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Ingédients à toujours avoir chez soi

Huile*, sel*, poivre*, miel*, vinaigre balsamique*

C'est parti

Laver les fruits, les légumes et les fines herbes.

Ce dont vous avez besoin

1 plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, 1 grande poêle, 1 saladier, 1 bol et 1 râpe à légumes

Ingrédients pour 2 | 4 personnes

	2 portions	4 portions
Pâte feuilletée fraîche 7) 15)	1 x 275 g	2 x 275 g
Oignon rouge	1 x 80 g	2 x 80 g
Poireau	2 x 200 g	4 x 200 g
Crème aigre demi-écrémée 7)	1 x 100 g	2 x 100 g
Gouda râpé 7)	1 x 50 g	1 x 100 g
Roquette	1 x 75 g	1 x 150 g
Radis	1 x 100 g	1 x 200 g
Ciboulette	1 x 10 g	1 x 10 g
Moutarde mi-forte 9)	1 x 10 ml	2 x 10 ml
Carottes	1 x 100 g	2 x 100 g
Huile*, miel*, vinaigre balsamique*	Détails dans le texte	
Sel*, poivre*	selon les goûts	

*Ingrédients à toujours avoir chez soi.

**Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box de sorte qu'il peut y avoir des restes.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour

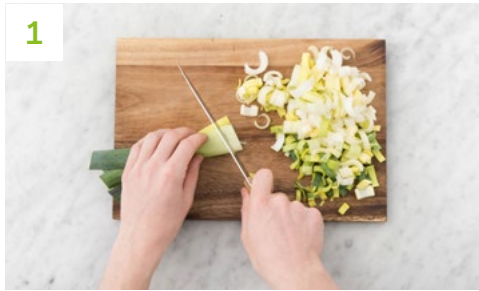
(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 1.000 g)
Valeur calorique	613 kJ/146 kcal	4.051 kJ/968 kcal
Lipides	9.67 g	63.89 g
- dont acides gras saturés	4.78 g	31.59 g
Glucides	10.60 g	70.06 g
- dont sucre	3.11 g	20.54 g
Protéines	3.49 g	23.07 g
Sel	0.299 g	1.974 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

Allergènes : **7)** lait (y compris le lactose) **9)** céréali **15)** blé.

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)



Préparer le poireau

Préchauffer le four à 220 °C (200 °C pour un four à chaleur tournante).

Couper le poireau en deux dans le sens de la longueur, le laver encore une fois le cas échéant puis le couper en fines lamelles.

Éplucher l'oignon rouge et le couper en fines lamelles.



Préparer la farce

Dans une grande poêle, chauffer à feu moyen 1 cs [2 cs] d'huile*.

Ajouter le poireau et l'oignon puis faire revenir 6 à 8 min. Verser 0.5 cc [1 cc] de vinaigre*, saler* et poivrer*.

Mélanger 1 cs [2 cs] de crème aigre demi-écrémée de la moutarde, du sel* et du poivre* dans un petit saladier.



Garnir la pâte

Dérouler la pâte sur une plaque de four recouverte de papier de cuisson [2].

Badigeonner uniformément la pâte de crème. Garnir du mélange de poireau et d'oignon en laissant une bordure d'1 à 2 cm.



Faire cuire la tarte

Répartir le gouda sur le bord extérieur puis replier sur le poireau afin d'obtenir une bordure d'1 à 2 cm de large.

Cuire la tarte 15 à 20 min jusqu'à ce que le fond de la pâte soit bien doré et que la pâte feuilletée soit levée.



Préparer la salade

Peler la carotte et la râper grossièrement.

Couper les radis en fines tranches. Dans un saladier, mélanger 1 cc [2 cc] de miel*, 1 cc [2 cc] de vinaigre balsamique*, 1 cs [2 cs] d'huile*, du sel* et du poivre* pour obtenir une vinaigrette, puis ajouter les radis et les carottes.

Trancher finement la ciboulette.

Mélanger le reste de la crème aigre demi-écrémée avec les trois quarts des rouleaux de ciboulette dans le bol de l'étape 2 et assaisonner de sel* et de poivre*.



Dresser

Sortir la tarte du four et laisser refroidir brièvement.

Ajouter la salade de roquette juste avant de servir.

Parsemer la tarte de la ciboulette restante, couper en parts et dresser dans les assiettes. Garnir de salade et déguster avec la crème à la ciboulette.

Bon appétit !

Il manque un ingrédient ?
Dites-le nous : scannez le QR code et dites-nous s'il manque quelque chose dans ta boîte !

