

## Zielona tarta



**SANDRA9**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
5+

### SKŁADNIKI

<b>mąka</b>	1 szklanka
<b>jaja</b>	1 sztuka
<b>jogurt grecki</b>	150 gram
<b>proszek do pieczenia</b>	1 łyżeczka
<b>sól</b>	1 szczypta
<b>pieprz</b>	1 szczypta
<b>Zioła prowansalskie suszone Prymat</b>	1 łyżeczka
<b>szpinak świeży lub mrożony</b>	1 opakowanie
<b>ser feta</b>	150 gram
<b>pieprz</b>	1 szczypta
<b>pomidory suszone Smak</b>	5 sztuk
<b>czosnek</b>	1 ząbek
<b>jaja</b>	2 sztuki
<b>Gałka muskatołowa mielona Prymat</b>	1 szczypta
<b>Zioła prowansalskie suszone Prymat</b>	1 łyżeczka

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ciasto: Połącz wszystkie składniki, aby uzyskać gładką masę. Odstaw na pół godziny do lodówki. Po upływie czasu wyjmij i zagnieć lekko ciasto, ułóż w formie na tartę (najlepiej z wyjmowanym dnem albo silikonowej). Na wierzch połóż papier do pieczenia i wysyp na niego fasolę, groch albo ceramiczne kuleczki do zapiekania, aby tarta nam się "nie podniosła". Piecz w piekarniku nagrzanym do 180°C przez 15 minut.

Farsz: Podgotuj świeży szpinak, aby lekko zmiękł. Następnie posiekaj go, nie musisz robić tego bardzo dokładnie. Pokrój pomidory na małe kawałki. Pokrusz 2/3 fety. Dodaj przyprawy do smaku.

Tarta: Na wierzch tarty wyłóż farsz, rozprowadź dokładnie po całości. Na wierz pokrusz resztę fety. Piecz w piekarniku nagrzanym do 180°C przez 20 minut albo do ścięcia się jajka (trzeba obserwować, gdyż każdy piekarnik inaczej piecze).

Smacznego. Nie dodawaj soli do farszu ani ciasta jeżeli nie lubisz mocno słonych, gdyż feta jest sama w sobie słona.