






przepisy.pl

Tarta z kurczakiem, brokułami i suszonymi pomidorami



 45 minut  4 osoby  Średnie

Składniki:

- Na kruche ciasto
- jajko - 1 sztuka
- sól - 1 łyżeczka
- mąka pszenna - 270 gramów
- masło zimne - 130 gramów
- śmietana 18% - 1 łyżka
- Na farsz
- filety z kurczaka (ok. 500 g) - 2 sztuki
- brokuł - 1 sztuka
- pomidory suszone - 7 sztuk
- ser gouda - 300 gramów
- śmietana 18% - 300 gramów
- jajka - 3 sztuki
- ząbki czosnku - 3 sztuki
- rozmarynu - 1 łyżeczka
- pieprz do smaku - 1 szczypta
- słodka papryka - 1 łyżeczka
- chili - 1 szczypta
- olej - 2 łyżki
- sól
- pestki dyni - 4 łyżki

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Wszystkie składniki na kruche ciasto szybko wyrobić przy pomocy malaksera lub ręcznie. Z ciasta uformować kulę, zawinąć w folię spożywczą i lekko spłaszczyć. Włożyć do lodówki na co najmniej 30 minut. Formę do tarty wysmarować masłem i oprószyć bułką tartą. Po wyjęciu ciasta z lodówki, cienko je rozwałkować i przełożyć do formy, dokładnie wylepiając nim jej dno i boki. Ciasto w formie wstawić do lodówki na kolejną godzinę. Piekarnik nastawić na 200°C. Ciasto wyjąć z lodówki i ponakłuwać widelcem. Wyłożyć na nie papier do pieczenia, na który położyć kulki ceramiczne lub groch czy też fasolę w celu obciążenia ciasta. Tak piec kruche ciasto przez ok. 18 minut, następnie zdjąć obciążenie i podpiec kolejne 5 minut lub do momentu aż kruchy spód się zarumieni.

2. Kurczaka oczyścić i pokroić w małą kostkę. Obtoczyć go w łyżce oleju, słodkiej papryce, rozmarynie oraz chili. Odstawić na co najmniej 20 minut. Na patelni rozgrzać łyżkę oleju i dodać kurczaka. Przesmażyć go przez około 6 minut. Brokuła podzielić na różyczki i gotować w osolonej wodzie przez 2 minuty. Odcedzić i od razu poleć zimną wodą. Osuszyć brokuły na sitku

3. W misce wymieszać śmietanę, jajka, ser starty na małych oczkach, czosnek przeciśnięty przez praskę, pieprz oraz sól (dałam płaską łyżeczkę). Na podpieczony kruchy spód wyłożyć osuszone brokuły, przesmażonego kurczaka (bez oleju, który został na patelni) i pomidory suszone pokrojone w paseczki. Na to wylać masę jajeczną. Tak przygotowaną tartę piec w piekarniku nagrzanym do 200°C przez około 20 - 30 minut. Posypać prażoną dynią.