



przepisy.pl

Tarta ze szpinakiem i łososiem



 90 minut  3 osoby  Łatwe

Składniki:

ciasto

- mąka pszenna pełnoziarnista - 200 gramów
- oliwa z oliwek - 2.5 łyżki
- zimna woda - 1 szklanka

nadzienie

- mrożony szpinak - 450 gramów
- Naturalnie smaczne Spaghetti Bolognese Knorr** - 1 opakowanie
- świeży łosoś - 120 gramów
- małe pomidory - 3 sztuki

wierzch

- jajka - 2 sztuki
- jogurt naturalny bez cukru - 180 gramów

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

Sposób przygotowania:

1. Mąkę wymieszaj z oliwą, następnie dodaj zimną wodę i wyrób ciasto. Rozwałkuj ciasto i wyłóż nim formę o średnicy 24 cm. Ciasto nakłuj widelcem. Ciasto podpiecz w piekarniku nagrzanym do 180 °C przez ok. 8-10 min. Po upieczeniu - wyjmij ciasto z piekarnika.
2. Łososia ugotuj na parze.
3. Szpinak rozmroź w rondelku, następnie ostudź i odcisnij nadmiar wody. Wymieszaj z saszetką Naturalnie Smaczne! Spaghetti Bolognese.
4. Pomidory umyj, sparz i obierz ze skórki. Na podpieczone ciasto wyłóż szpinak, następnie ułóż plastry pomidora i kawałki ugotowanego łososia.
5. Jajka roztrzep i wymieszaj z opakowaniem jogurtu naturalnego. Wylej na wierzch tarty. Piecz przez ok. 30 min. w piekarniku rozgrzanym do temperatury 180 °C.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl