



## HET WITTE GOUD

### Volkorenplaattaart met asperges en cherrytomaten

**2 PERSONEN**

⌚ 30 + 35 + 60 minuten

#### DIT HEB JE NODIG:

- 🍴 90 g volkoren speltmeel
- 🍴 125 g ricotta
- 🍴 1 el olijfolie extra vierge
- 🍴 ¼ tl venkelzaad
- 🍴 1 middelgroot scharrelei
- 🍴 ½ biologische citroen
- 🍴 75 g sweet cherry tomaten
- 🍴 75 g verse witte asperges
- 🍴 75 g groene asperges
- 🍴 3 g verse dille
- 🍴 2 g platte peterselie

**MATERIAAL:** vershoudfolie, bakplaat met bakpapier

#### ZO MAAK JE HET:

1. Doe het speltmeel met 40 g ricotta en de olie en het venkelzaad in een kom.
2. Voeg het ei toe en kneed met de hand tot een samenhangend deeg.
3. Verpak in vershoudfolie en laat 1 uur rusten in de koelkast.
4. Verwarm de oven voor op 190°C.
5. Boen de citroen schoon, rasp de ½ gele schil van de vrucht en roer het citroenrasp door de rest van de ricotta.
6. Breng op smaak met zwarte peper.
7. Snijd de cherrytomaten doormidden.
8. Maak de asperges schoon.
9. Rol het deeg uit tot een rechthoekige lap van 25 x 20 cm.
10. Leg op een met bakpapier beklede bakplaat en bestrijk met de citroen-ricotta, laat rondom een rand van 1 cm vrij.
11. Leg de asperges naast elkaar, met dezelfde kant naar boven op het deeg.
12. Leg de cherrytomaten ertussen, als een tuintje.
13. Vouw de randen om.
14. Bak de plaattaart ca. 35 minuten in de oven.
15. Pluk ondertussen de blaadjes van de dille en peterselie.
16. Haal de taart uit de oven en verdeel de kruiden erover.

**BRON:** [ah.nl](http://ah.nl)

