



## Hartige taart met spinazie, boerenkool, ricotta en tonijn

**1 TAART = 8 PUNTEN**  
**1 CAKE = 12 PLAKKEN**

🕒 minuten

### **DIT HEB JE NODIG:**

- 🍴 1 250 g Fries roggebrood
- 🍴 1 tl gedroogde rozemarijn
- 🍴 1 teen knoflook
- 🍴 1 rode ui
- 🍴 142 g skipjack tonijn in olijfolie
- 🍴 300 g boerenkool gesneden
- 🍴 ½ tl chilivlokken
- 🍴 400 g verse spinazie
- 🍴 4 middelgrote scharreleieren
- 🍴 250 g ricotta

**MATERIAAL:** bakpapier, springvorm 24 cm Ø

### **ZO MAAK JE HET:**

1. Verwarm de oven voor op 180 °C.
2. Bekleed de bodem van de springvorm met bakpapier.
3. Verkruimel het roggebrood, meng met de rozemarijn en verdeel over de bodem van de vorm.
4. Druk met de achterkant van een lepel goed aan.
5. Bak 10 minuten in het midden van de oven.
6. Neem de bodem uit de oven en laat de oven aan staan.
7. Snijd ondertussen de knoflook fijn en de ui in halve ringen.
8. Laat de tonijn uitlekken, maar vang de olie op.
9. Verhit 2 el tonijnolie in een grote koekenpan.
10. Bak de knoflook, ui, boerenkool, chilivlokken, peper en eventueel zout 7 minuten op middelhoog vuur.
11. Schep regelmatig om.
12. Verhit een koekenpan zonder olie of boter en laat de spinazie in delen slinken en het vocht verdampen.
13. Meng de spinazie door de boerenkool en neem de pan van het vuur.
14. Klop de eieren los met de ricotta, peper en eventueel zout.
15. Meng met de groenten en schep de tonijn erdoor.
16. Verdeel de vulling over de springvorm.
17. Bak de taart in ca. 30 minuten in het midden van de oven goudbruin en gaar.

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

