






Plaattaart met groene asperges, ricotta en citroen

Soms hoeft lekker koken niet ingewikkeld te zijn. Deze plaattaart met groene asperges, romige ricotta en citroen staat in ongeveer 40 minuten op tafel en ziet eruit alsof je er veel langer mee bezig bent geweest. Ideaal voor een lichte avondmaaltijd, lunch of brunch.

 **Bereidingstijd:** 40 minuten

 **Moeilijkheid:** makkelijk

 **Porties:** 4

 **Categorie:** vegetarisch



Ingrediënten

- 1 rol vers bladerdeeg
- 350 gram groene asperges
- 250 gram ricotta
- 1 ei
- 50 gram Parmezaanse kaas, geraspt
- 1 citroen, rasp en beetje sap
- 1 teen knoflook, fijngeraspt
- 1 eetlepel olijfolie
- 1 theelepel gedroogde oregano
- 1 handje rucola
- Peper en zout



PEN-tip

Serveer met een simpele tomatensalade of een kom soep. Ook koud is deze plaattaart erg lekker als lunch voor de volgende dag.

Voedingswaarde per portie

				
460 kcal	17 g eiwit	32 g koolhydraten	29 g vet	5 g vezels

Bereidingswijze

- 1 Verwarm de oven voor op 200 graden. Rol het bladerdeeg uit op een met bakpapier beklede bakplaat. Snijd met een mesje rondom een rand van ongeveer twee centimeter in, maar niet helemaal door. Prik het midden een paar keer in met een vork.
- 2 Meng de ricotta met het ei, de geraspte Parmezaanse kaas, citroenrasp, een paar druppels citroensap, knoflook, oregano, peper en zout tot een glad mengsel.
- 3 Snijd de houtige uiteinden van de asperges. Dikke asperges kun je in de lengte halveren. Verdeel het ricottamengsel over het midden van het deeg en laat de rand vrij. Leg de asperges erop en besprenkel met olijfolie.
- 4 Bak de plaattaart 25 tot 30 minuten in het midden van de oven, tot het bladerdeeg goudbruin en krokant is. Laat vijf minuten rusten en werk af met rucola en extra citroenrasp.



Download de receptenkaart om te bewaren of uit te printen.

