



Blätterteigtartelettes mit Tomatenpesto

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|----------------------------------|--------|
| Thymian, frisch | 5 g |
| Strauchtomaten | 5 St. |
| Tomaten, getrocknet | 50 g |
| Kräuter der Provence, getrocknet | 0.5 TL |
| Salz | |
| Zucker | |
| Blätterteig | 2 St. |
| Schwarzwälder Schinken | 150 g |
| Olivenöl | 3 EL |
| Rucola | 50 g |
| Avocado | 1 St. |
| Balsamicoessig, hell | 2 EL |
| Pfeffer, schwarz | |
| Parmesan, gerieben | 4 EL |

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, hohes Gefäß, Backblech mit Backpapier, Sieb, Pürierstab

1. Ofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen streifen. Tomaten waschen, Strunk entfernen und 2 Tomaten grob würfeln.
2. In einem hohen Gefäß etwa die Hälfte der Tomatenwürfel, getrocknete Tomaten und Kräuter der Provence fein pürieren. Mit Salz und Zucker abschmecken.
3. Blätterteig abrollen und jeweils in 6 Vierecke schneiden. Teige mit Tomatenpesto bestreichen. Mit gewürfelten Tomaten und gerupftem Schinken belegen und mit etwas Olivenöl beträufeln. Auf einem Backblech mit Backpapier verteilen und im Ofen ca. 15 Min. backen.
4. Rucola waschen und abtropfen lassen. Restliche Tomaten würfeln. Avocado halbieren, Kern entfernen, Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen und ebenfalls würfeln. In einer Schüssel alles mit 2 EL Olivenöl, Balsamicoessig, Salz, Pfeffer und Zucker vermengen.
5. Blätterteigtartelettes mit Tomatenpesto aus dem Ofen nehmen und mit Parmesan bestreuen. Rucola-Salat nach Belieben daraufgeben und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 813 kcal |
| Kohlenhydrate | 66 g |
| Eiweiß | 22 g |
| Ballaststoffe | 7 g |
| Fette | 51 g |