



Uientaart

Ingrediënten:

2 tot 3 personen

Pakje speltbladerdeeg

450 g uien

2 teentjes knoflook

180 ml kokosmelk

3 eieren

1 theelepel zout

0,5 theelepel peper

1 eetlepel oregano

Bereiding

Leg de plakjes bladerdeeg op een bordje om te ontdooien. Vet de bakvorm in met kokosolie. Verwarm de oven voor op 200 graden. Bedek de bakvorm met het bladerdeeg, prik er met een vork gaatjes in en bak alvast 10 minuutjes zonder vulling.

De uien schillen en in dunne stukjes snijden. Knoflookteentjes fijn hakken. (je kunt ook beide raspen in de keukenmachine)

Verhit een beetje kokosolie in een koekenpan en fruit ui en knoflook in een paar minuutjes glazig.

Klop in een kommetje 3 eieren los en voeg de kokosmelk en de kruiden toe. Haal de pan van het vuur en schenk dit mengsel door de uien, zodat het goed gemengd is. Schep alles in de bakvorm. Bak de hele taart nog ongeveer 30 minuten tot de taart stevig is en het bladerdeeg lichtbruin aan de bovenkant.

