

Mini-Törtchen mit Camembert und Zucchini

Gesamtzeit **32 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit **22 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
3.021 kJ / 722 kcal

Fett: **49 g** Eiweiß: **28 g**
Kohlenhydrate: **42 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

100 g	Camembert
180 g	Zucchini
50 g	rote Zwiebel
3	Eier
2 EL	griechischer Joghurt
2 EL	<u>Kikkoman natürlich gebraute salzreduzierte Sojasauce</u>
2 TL	Sriracha-Sauce
1 TL	frischer gehackter Thymian
150 g	Blätterteig

ZUBEREITUNG

Schritt 1

100 g Camembert - **180 g** Zucchini - **50 g** rote
Zwiebel

Camembert in Streifen, Zucchini in Halbmonde und
Zwiebel in dünne Scheiben schneiden.

Schritt 2

3 Eier - **2 EL** griechischer Joghurt - **2 EL** Kikkoman
natürlich gebraute salzreduzierte Sojasauce - **2 TL**
Sriracha-Sauce - **1 TL** frischer gehackter Thymian
Eier mit Joghurt, Kikkoman salzreduzierte
Sojasauce, Sriracha-Sauce und Thymian verquirlen.

Schritt 3

150 g Blätterteig

Vier 10-cm-Törtchenformen mit Blätterteig
auslegen und Teig mit einer Gabel einstechen. Das
Gemüse auf die Törtchen verteilen, die Eimischung
angießen und den Camembert daraufsetzen. 22
Minuten bei 210 °C Ober- und Unterhitze backen.
Auf einem Rost abkühlen lassen, Törtchen aus den
Formen nehmen und in der Lunchbox verpacken.