



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie bequem im Shop bestellen.

**GEFRO GmbH & Co. KG**  
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0  
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: [info@gefro.de](mailto:info@gefro.de)

## Einkaufszettel

### Schwarzwurzel-Schmandtarte mit Haselnüssen

- GEFRO Kräuterwürze
- 1 kg Schwarzwurzeln
- 2 EL Butter
- 1 EL Puderzucker
- 4 quadratische Platten TK-Blätterteig
- Getrocknete Erbsen zum Ausbacken
- Backpapier
- 2 Eigelb, Kl. M
- 80 g Schmand
- 40 g Parmesan, frisch gerieben
- 80 g Haselnüsse, grob gehackt
- 1 EL Petersilie, fein gehackt

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter [www.gefro.de](http://www.gefro.de)

## Schwarzwurzel-Schmandtarte mit Haselnüssen

Rezept für 4 Personen  
Zubereitung ca. 60 Minuten

### Nährwerte pro Portion:

38 g Fett	15,1 g Kohlenhydrate	12,5 g Eiweiß	7,9 g Ballaststoffe	456 kcal
Brennwert				

**Schwarzwurzel-Schmandtarte mit Haselnüssen:** Den Ofen auf 220 °C vorheizen. 1 kg Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser gründlich waschen. 1 EL Zitronensaft in eine große Schüssel geben und 1,5 Liter kaltes Wasser zugeben. Die Schwarzwurzeln schälen, jede geschälte Wurzel nochmal direkt unter fließendem Wasser abspülen und dann in die Schüssel geben. Die Schwarzwurzeln quer halbieren und die dickeren Wurzeln eventuell nochmal längs halbieren. Die Schwarzwurzeln in kochendem Salzwasser bissfest garen, auf ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

In einer großen Pfanne 2 EL Butter schmelzen. Die Schwarzwurzeln in die Pfanne geben und anbraten. 1 EL Puderzucker darübersieben und die Wurzeln karamellisieren.

Die Blätterteigplatten auf einer bemehlten Arbeitsfläche leicht überlappend zu einem Rechteck zusammenlegen und dünn ausrollen. Eine rechteckige Tarteform (ca. 30 x 12 cm) damit auslegen. Backpapier zuschneiden und über den Teig legen. Die Form mit den Erbsen auffüllen und für 10 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Die Form aus dem Ofen nehmen und die Erbsen und das Backpapier entfernen.

2 Eigelb, 80 g Schmand, 40 g geriebenen Parmesan, die Zitronenschale und den restlichen Zitronensaft miteinander verrühren, mit **GEFRO Kräuterwürze** abschmecken und auf dem Tarteboden verstreichen. Die Schwarzwurzeln darauf verteilen.

80 g grob gehackte Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten und über die Schwarzwurzeln streuen. Die Schwarzwurzeltarte für 20 Minuten in den Ofen geben und backen.

Die fertige Tarte mit 1 EL fein gehackter Petersilie bestreuen, in Stücke schneiden und servieren.