



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

Einkaufszettel

Spargel-Ricotta-Tartes

- GEFRO Kräuterwürze
- 4 kleine Blätterteigplatten, tiefgekühlt
- 20 Stangen weißen Spargel
- 500 g Ricotta
- 3 Eier
- 60 g Parmesan, frisch gerieben
- 1 abgeriebene unbehandelte Zitronenschale
- 2 EL Petersilie, fein gehackt

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Spargel-Ricotta-Tartes

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 50 Minuten

Nährwerte pro Portion:

31,9 g Fett	18,9 g Kohlenhydrate	25,7 g Eiweiß	3,2 g Ballaststoffe	472 kcal Brennwert
-------------	----------------------	---------------	---------------------	--------------------

Spargel-Ricotta-Tartes Den Ofen auf 180°C vorheizen. 4 kleine, tiefgekühlte Blätterteigplatten auftauen lassen und auf einer bemehlten Fläche etwas ausrollen. 4 flache, ofenfeste Formen mit Backpapier auslegen und den Blätterteig darauf ausbreiten. Der Teig muss etwas über den Rand der Form stehen.

20 Stangen weißen Spargel putzen und sorgfältig schälen.

500 g Ricotta mit 3 Eiern und 60 g frisch geriebenem Parmesan verrühren und mit der abgeriebenen Schale einer unbehandelten Zitrone sowie **GEFRO Kräuterwürze** würzen.

Die Ricottamasse auf den Blätterteig verteilen und glatt streichen. Je Form 5 Stangen Spargel auf den Ricotta legen und leicht hinein drücken. Die Tartes für etwa 30 Minuten in den Ofen geben und backen.

Die fertigen Spargel-Ricotta-Tartes mit 2 EL fein gehackter Petersilie bestreuen und servieren.