



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

### Spargel-Tarte mit Parmesan und Pesto Verde

- GEFRO Natives Olivenöl Extra
- GEFRO Pesto Verde
- 120 g kalte Butter
- 150 g Mehl, Type 405
- 2 Eier, Kl. M
- Salz
- 600 g weißer Spargel
- Zucker
- Mehl zum Ausrollen
- Backpapier
- Getrocknete Erbsen (so viel wie benötigt, um die Tarteform aufzufüllen)
- 1 Eigelb, Kl. M
- 60 g Schmand
- 60 g Parmesan
- 0,5 Bio-Zitrone (Saft & Schale)
- 50 g geröstete Pinienkerne
- Frischhaltefolie

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

## Spargel-Tarte mit Parmesan und Pesto Verde

Rezept für 4 Personen  
Zubereitung ca. 90 Minuten

### Nährwerte pro Portion:

54,7 g Fett	31,4 g Kohlenhydrate	20,4 g Eiweiß	4,6 g Ballaststoffe	693 kcal Brennwert
-------------	----------------------	---------------	---------------------	--------------------

**Spargel-Tarte mit Parmesan und Pesto Verde:** 120 g kalte Butter für den Teig in kleine Würfel schneiden und zügig mit 150 g Mehl, 1 Ei und einer Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und bis zur weiteren Verarbeitung in den Kühlschrank legen.

Den Backofen auf 180 °C vorheizen.

600 g weißen Spargel schälen, die holzigen Enden entfernen. Den Spargel in kochendem Salzwasser mit einer Prise Zucker 5 Minuten kochen, auf ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die Spargelstangen halbieren.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und eine rechteckige Tarteform (ca. 30 x 12 cm) damit auslegen. Backpapier zuschneiden und über den Teig legen. Die Form mit getrockneten Erbsen auffüllen und 20 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Die Form aus dem Ofen nehmen und die Erbsen und das Backpapier entfernen.

1 Ei und 1 Eigelb, 60 g Schmand, 60 g Parmesan, die Zitronenschale und -Saft miteinander verrühren. Die Spargelhälften in die Form schichten und die Eiermischung darüber verteilen. Die Spargeltarte in den Ofen geben und 40 Minuten backen.

In der Zwischenzeit 20 g **GEFRO Pesto Verde** mit 10 ml Wasser verrühren und dann 30 ml **GEFRO Natives Olivenöl Extra** unterrühren.

Die Tarte aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Aus der Form nehmen, mit 50 g gerösteten Pinienkernen bestreuen und das Pesto darüberträufeln.

In Stücke schneiden und servieren.