



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, bestellen Sie bequem frei Haus.

**GEFRO 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-Tartes mit GEFRO Pesto Rosso

- GEFRO Natives Olivenöl Extra
- GEFRO Kräuterwürze
- GEFRO Pesto Rosso
- 500 g weißer Spargel
- 500 g grüner Spargel
- 2 Liter Wasser
- Salz
- 1 TL Zucker
- 4 rechteckige Blätterteigplatten (tiefgekühlt)
- 100 g Sauerrahm
- 8 Kirschtomaten
- 100 g Ziegenkäse, zerbröselt

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

## Spargel-Tartes mit GEFRO Pesto Rosso

Rezept für 4 Personen  
Zubereitung ca. 35 Minuten

### Nährwerte pro Portion:

51,9 g Fett      32,4 g Kohlenhydrate      14,8 g Eiweiß      5,8 g Ballaststoffe  
657 kcal Brennwert

**Spargel-Tartes mit GEFRO Pesto Rosso:** Den Ofen auf 200°C vorheizen. 500 g weißen Spargel schälen und die Enden abschneiden. Von 500 g grünem Spargel ebenfalls die Enden abschneiden.

In einem Topf 2 Liter Wasser zum Kochen bringen. Etwas Salz und 1 TL Zucker zugeben und den Spargel darin 5 Min. kochen. Den Spargel aus dem Topf nehmen auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen.

4 Blätterteigplatten auftauen lassen und auf einer bemehlten Fläche auf ca. 15 x 20 cm ausrollen. 100 g Sauerrahm mit **GEFRO Kräuterwürze** würzen und auf dem Teig verteilen. Mit den Spargelstangen belegen. 8 Kirschtomaten halbieren und mit 100 g zerbröseltem Ziegenkäse über dem Spargel verteilen.

Die Spargel-Tartes auf ein mit Backpapier ausgelegtes Ofenblech setzen und für ca. 15 Min. im vorgeheizten Ofen backen.

In der Zwischenzeit 30 g **GEFRO Pesto Rosso** erst mit 15 ml Wasser, dann mit 60 ml **GEFRO Nativem Olivenöl Extra** verrühren. Die Tartes aus dem Ofen nehmen und noch heiß mit der Pesto servieren.

**TIPP:** Anstelle des Blätterteigs können Sie auch fertigen Pizzateig aus dem Kühlregal verwenden.