



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-Tartes mit GEFRO Pesto Rosso

- 60 ml GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra
- GEFRO Kräuterwürze
- 30 g 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

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

1⃰ Spargel vorbereiten:

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 großen Topf 2 Liter Wasser zum Kochen bringen, etwas Salz und 1 TL Zucker zugeben. Den Spargel darin etwa 5 Minuten kochen, anschließend herausnehmen, auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen.

2⃰ Teig vorbereiten:

4 Blätterteigplatten auftauen lassen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche auf ca. 15 x 20 cm ausrollen.

3⃰ Tartes belegen:

100 g Sauerrahm mit **GEFRO Kräuterwürze** abschmecken und gleichmäßig auf dem Blätterteig verteilen. Die Spargelstangen darauflegen. 8 Kirschtomaten halbieren und zusammen mit 100 g zerbröseltem Ziegenkäse über dem Spargel verteilen.

4⃰ Backen:

Die belegten Tartes auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten backen, bis der Teig goldbraun und knusprig ist.

5⃰ Pesto anrühren & Servieren:

Während die Tartes backen, 30 g **GEFRO Pesto Rosso** zunächst mit 15 ml Wasser und anschließend mit 60 ml **GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra** verrühren. Die frisch gebackenen Tartes aus dem Ofen nehmen und noch heiß mit dem Pesto servieren.

⚡ Tipps & Varianten:

⚡ **Tipp:** Statt Blätterteig kann auch fertiger Pizzateig aus dem Kühlregal verwendet werden – so gelingt das Rezept noch schneller.

⚡ **Variante:** Wer es herzhafter mag, kann den Ziegenkäse durch geriebenen Parmesan oder Feta ersetzen.