



Spargel-Walnuss-Tarte



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 310 kcal / 1300 kJ
Eiweiß: 9 g Fett: 21 g
Kohlenhydrate: 20 g

Zubereitungszeit:

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde
15 Minuten (ohne Wartezeit)
Arbeitszeit: ca. 50 Minuten

Zubereitung:

1. Mehl und Backpulver mischen. Butter in Flöckchen, Salz und Eiswasser zufügen und alles schnell zu einem glatten Teig verkneten. Walnüsse hacken und unter den Teig arbeiten. Teig zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie einschlagen und 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche zu einem 26 cm großen Kreis ausrollen. Teig in eine 24 cm große Tartform mit herausnehmbarem Boden legen. Den Boden mit einer Gabel mehrfach einstechen, dann mit Backpapier abdecken und die Trockenbohnen darauf streuen.
3. Tarteboden im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180 °C/ Umluft: 160 °C) 10 Minuten backen, dann Trockenbohnen und Backpapier entfernen und weitere 10 Minuten bei gleicher Temperatur backen. Aus dem Ofen nehmen.
4. In der Zwischenzeit für die Füllung Spargel waschen, das untere Drittel schälen und die Enden abschneiden. Walnüsse hacken. Thymian waschen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Thymian mit Käse und Zitronenschale vermengen, dann Sahne und Eier unterrühren.
5. Käsecreme auf dem vorgebackenen Boden verstreichen, Spargelstangen darauf arrangieren, zum Schluss die Walnüsse darüber streuen. Tarte bei gleicher Temperatur 20-25 Minuten zu Ende backen. Vor dem Aufschneiden 5 Minuten abkühlen lassen. Nach Belieben mit frischem Thymian und Walnüssen garnieren.

Zutaten für 8 Portionen :

Für den Teig:

- 200 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 75 g kalte Butter
- ½ TL Salz
- 3 - 4 EL Eiswasser
- 20 g kalifornische Walnüsse
- Mehl zum Ausrollen
- Trockenbohnen zum Blindbacken

Für die Füllung:

- 8 dünne grüne Spargelstangen
- 40 g kalifornische Walnüsse
- 2 Stiele Thymian
- 50 g Ziegenkäse
- 50 g geriebener Parmesankäse
- abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
- 60 g Schlagsahne
- 2 Eier (Gew.-Kl. M)