

Rezept

Grüne Spargelwähe

Ein Rezept von Grüne Spargelwähe, am 11.12.2024

Zutaten

180 g Mehl	Salz
60 g kalte Butter	500 g grüner Spargel
1 TL Butter	1 Handvoll Kerbel
1 Bund Bärlauch	50 g Sahne
2 Eier	1 Eigelb
150 g Crème fraîche	2 EL geriebener Parmesan
Pfeffer	2 Msp. abgeriebene Bio-Zitronenschale
Butter für die Form	Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Spring- oder Tarteform (26 cm Ø) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 185 kcal

Zubereitung

1. Für den Wäheenteig Mehl mit 1/4 TL Salz und Butterflöckchen zwischen den Händen zerreiben. 90 ml kaltes Wasser dazugießen und alles mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. In Folie gewickelt ca. 30 Min. kühl stellen.
2. In der Zwischenzeit den Spargel putzen, waschen, im unteren Drittel schälen. Stangen in ca. 4 cm lange Stücke schneiden, Spitzen beiseitelegen. Reichlich Salzwasser mit Butter aufkochen und die Spargelstücke darin ca. 5 Min. garen, nach ca. 3 Min. die Spargelspitzen dazugeben. In ein Sieb abgießen, kalt abrausen und abtropfen lassen.
3. Kräuter waschen, trocken schütteln, die Blätter fein hacken. 3 EL beiseitelegen, übrige Kräuter mit der Sahne pürieren. Eier, Eigelb, Crème fraîche und Parmesan dazumixen und mit Salz, Pfeffer und Zitronenschale würzen.
4. Backofen auf 200° vorheizen, Form einfetten. Teig auf wenig Mehl ausrollen, in die Form legen und einen Rand formen. Spargel, beiseitegelegte Kräuter und Guss darauf verteilen. Im Ofen (Mitte) 30–35 Min. backen. Vor dem Anschneiden kurz abkühlen lassen.