

## Rezept

# Vegane Spargel-Kartoffel-Tarte mit Frühlingspesto

Ein Rezept von Vegane Spargel-Kartoffel-Tarte mit Frühlingspesto, am 21.06.2026

## Zutaten

<b>800 g</b> festkochende Kartoffeln	<b>400 g</b> veganer TK-Blätterteig (8 Scheiben à 12 x 12 cm)
<b>1 kg</b> grüner Spargel Salz	<b>5 EL</b> Zitronensaft
<b>1 EL</b> Aceto balsamico	<b>2 EL</b> Frühlingspesto (siehe Rezept-Tipp; ersatzweise veganes Bärlauchpesto aus dem Glas)
<b>1 EL</b> Sesamsamen schwarzer Pfeffer aus der Mühle	<b>1-2 EL</b> neutrales Pflanzenöl Fleur de Sel Backpapier für die Bleche

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 610 kcal

## Zubereitung

1. Die Kartoffeln waschen und in reichlich Wasser zugedeckt bei mittlerer Hitze in 25-30 Min. gar kochen. Die Blätterteigscheiben auf der Arbeitsfläche nebeneinander auftauen lassen.

---

2. Inzwischen den Spargel waschen und die oberen 8 cm abschneiden. Die Stangen in einem Topf mit Dämpfeinsatz über kochendem Wasser in 4-5 Min. bissfest dämpfen. Den Zitronensaft mit 1/2 TL Salz verrühren. Den Spargel in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und 10 Min. im Zitronensaft marinieren. Den Backofen samt zwei Blechen auf 200° vorheizen.

---

3. <https://www.kuechengoetter.de/rezepte/veganes-fruehlingspesto-75375> Zum Rezept für veganes Frühlingspesto

---

4. Die Kartoffeln abgießen, etwas ausdampfen lassen, pellen und in Scheiben schneiden. Die Kartoffeln mit Pesto und Essig verrühren und mit Salz würzen.

---

5. Zwei Lagen Backpapier bereitlegen. Jeweils 2 Scheiben Blätterteig leicht überlappend nebeneinanderlegen und gut zusammendrücken. Die Teigländer rundherum mit den Zinken einer Gabel eindrücken, die Platten mit Öl bestreichen und mit Sesam bestreuen. Die Kartoffelscheiben auf dem Teig verteilen und etwas andrücken. Die Spargelstangen abtropfen lassen und quer auf die Tartes legen, sodass die Köpfe abwechselnd nach links und rechts zeigen.

---

6. Das Backpapier auf die Bleche ziehen. Die Tartes im Ofen 25-30 Min. backen, dabei die Bleche mindestens einmal tauschen. Die fertigen Tartes auf Teller setzen, mit Fleur de Sel und grob gemahlenem Pfeffer bestreuen und servieren. Dazu passt ein einfacher Salat aus Brunnenkresse mit einem Dressing aus Essig, Öl, Salz und Pfeffer.