

# SPARGELTARTE



1 kg frischer Spargel  
1 Zwiebel  
3 Eier oder 150g ZauberEi  
200g Frischkäse oder vegane Kochcreme  
150g Mehl  
1 Strudel- oder Blätterteig  
Thymian, Salz, Pfeffer  
Saft 1/2 Zitrone

Spargel schälen und ca. 5 Stangen bei Seite legen. Restliche Stangen dritteln und mit der zerkleinerten Zwiebel ca. 10 min in leicht gesalzenem Wasser weich garen.

Wasser abgießen und den Spargel pürieren. Zunächst mit Eiern, Frischkäse, Zitronensaft und Gewürzen vermengen und anschließend Mehl unterrühren.

Eine Quiche oder Kuchenform mit Blätterteig auslegen, mit der Spargelmasse befüllen und die zuvor bei Seite gelegten Spargelstangen halbiert darauf verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 160°C ca. 30min backen.

Gern kann der Spargel beliebig mit regionalem Saisongemüse wie Brokkoli, Zucchini oder Fenchel ausgetauscht werden.

