

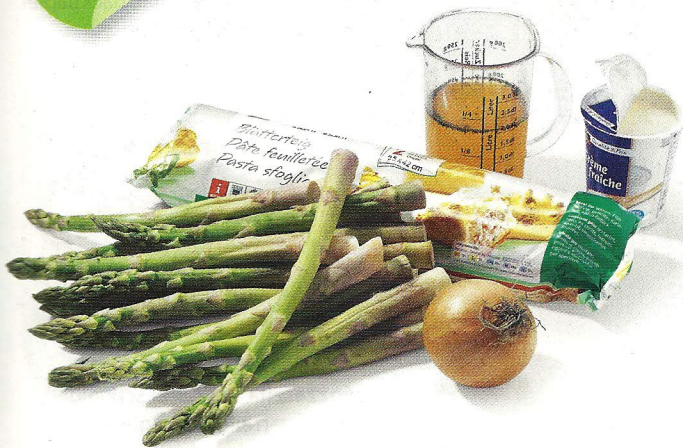
Blätterteigtürmli mit Spargelragout

25 Minuten

Film auf
www.youtube.com/
bettybossichannel



Vegi



Zutaten

- 1 ausgewallter Blätterteig (ca. 25×42 cm)
- 500 g grüne Spargeln
- 1 Zwiebel
- 1 Esslöffel Butter
- 2 dl Gemüsebouillon
- 200 g Crème fraîche
- Salz, Pfeffer

Pro Person: 40 g Fett, 8 g Eiweiss,
37 g Kohlenhydrate, 2241 kJ (536 kcal)

Kochanleitung



1 Teig längs halbieren, je vierteln. Teigstücke auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit einer Gabel dicht einstechen. Ca. 10 Min. in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens backen.



2 Spargeln im unteren Drittel schälen, in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden, Zwiebel fein hacken. Beides in der warmen Butter andämpfen. Bouillon dazugießen, ca. 7 Min. weich köcheln.



3 Crème fraîche daruntermischen, würzen. Je zwei Blätterteigstücke und Spargeln aufeinander-schichten.