



reteta-video.ro

## Tarta cu Sparanghel

**Tarta cu legume?** Din nou? 😊 Ce sa fac daca sunt dependenta de ele? Imi plac si cele dulci, dar de departe preferatele mele **tartele sarate**. Sunt atat de bune...Si atat de versatile...Si sunt perfecte in orice moment, fie ca este un mic dejun intarziat, un brunch pranz sau o cina langa prieteni si un pahar cu vin rece. Si pentru ca am gasit **sparanghel** proaspat, pe care sincera sa fiu il pandesc multa vreme, evident ca nici nu a fost greu sa ma decid ce pregatesc – **tarta cu sparanghel**. De fapt visam la ea de cateva zile bur nu gaseam vedeta, adica **sparanghelul**, care sa fie pe placul meu. Mi se pare ca este o leguma foarte delicata si cu totul special foarte simplu de gatit. Gustul sau se simte cel mai bine daca-l prajim cateva minute pe grill, uns cu putin ulei de masline si apoi asar cu sare, piper macinat si cativa stropi de zeama de lamaie. Sau intr-un risotto, sau intr-o omleta cu putina branza de capra. Sau **tarta aperitiv** care sa fie in cosul pentru primul picnic al sezonului. Asa ca este de inteles (sper!) de ce l-am pandit atata timp. Plus putea sa treaca sezonul fara o **tarta cu sparanghel**! Cu branza de orice fel, cu un aluat fraged rapid, clar (din punctul meu de vedere) nimic nu este mai bun!

### INGREDIENTE TARTA CU SPARANGHEL (30x11 cm)

7-8 fire de sparanghel, spalate  
125 g de faina  
60 g de unt foarte rece, taiat in bucatele  
4 linguri cu apa foarte rece  
150 g de branza telemea (de capra) putin sarata, rasa sau sfaramata  
50 g de cascaval sau parmezan, ras  
100 g de iaurt sau de smantana  
2 oua  
un cub mic de unt pentru uns tava  
un varf de lingurita cu nucsoara rasa  
sare  
piper proaspat macinat

### MOD DE PREPARARE TARTA CU SPARANGHEL (30x11 cm)

#### PASUL 1

Punem faina in vasul robotului pregatit pentru framantat. Adaugam un varf de lingurita cu sare si untul scos direct din frigider si il framantam rapid pana cand amestecul are un aspect sfaramicios, ca niste frimituri.

#### PASUL 2

Punem apa rece, lingura cu lingura, si mixam cam 10-15 secunde de fiecare data. Adaugam apa doar pana cand aluatul de leaga.

#### PASUL 3

Rasturnam aluatul pe o folie alimentara si il adunam cat mai rapid astfel incat sa-l strangem intr-o bila. Este foarte important sa framantam cat mai putin cu mana, pentru ca untul sa nu se incalzeasca si astfel sa obtinem o crusta perfecta pentru tarta.

#### PASUL 4

Infasuram bila de aluat in folie si o punem in frigider pentru 30 de minute.

#### PASUL 5

Pregatim aragazul si o cratita in care punem apa si o lasam sa fiarba.

#### PASUL 6

Tinem de ambele capete ale firului de sparanghel, indoim si rupem - se vor rupe exact acolo unde incepe partea lemnoasa. Luam doar capetele doar pentru a fi drepte, dar pastram partea lemnoasa a sparanghelului pentru ca este foarte buna pentru o supa de legume. Indepartam usor „solzisorii” visinii de pe tulpini, cu un cutit pentru curatat legume, le strangem apoi intr-un manunchi si le legam. Cand alegem sparanghelul trebuie sa aiba tulpinile netede si lucioase.

#### PASUL 7

Punem firele de sparanghel pregatite in apa care clocoteste si le lasam sa fiarba 2-3 minute. Le scoatem apoi in apa foarte rece, evitam sa le lasam sa se raceasca si le scurgem bine. Le lasam sa se usuce si le dam cu un cub de unt, pentru a intrerupe brusc fierberea.

#### PASUL 8

Incalzim cuptorul.

#### PASUL 9

Pregatim umplutura – punem branza telemea pentru oua. Adaugam iaurtul (sau smantana) si nucsoara rasa. Condimentam cu sare, piper macinat si sare, mai putina daca branza este sarata si amestecam bine pana cand compozitia este omogena.

#### PASUL 10

Daca tava in care vom pregati tarta nu are fundul detasabil, o ungem cu un cub de unt. Eu am folosit o tava cu dimensiunile de 30x11 cm.

#### PASUL 11

Dupa cele 30 de minute scoatem bila de aluat din frigider, o desfacem din folie si o punem intre doua hartii pentru copt.

**PASUL 12**

Incepem sa intindem alautul fraged cu un sucitor, dinspre centru spre exterior, incercand sa pastram forma tavii in care vom coace sarata. Daca aluatul este prea rece nu-l vom putea intinde si se va rupe, iar daca nu s-a racit suficient va fi lipicios. Daca se rupe p adunam din nou intr-o bila si o luam de la capat cu intinsul, iar daca este lipicios il infasuram din nou in folie si il mai punem p frigider.

**PASUL 13**

Cand aluatul are grosimea de o jumatate de cm si cam cu 5 cm in plus fata de dimensiunile tavii, asta pentru ca va trebui sa acopra marginile inaltate ale formei, il rulam pe sucitor. Il asezam deasupra tavii si il desfacem.

**PASUL 14**

Apasam usor aluatul fraged astfel incat sa se muleze pe forma si rupem marginile in exces.

**PASUL 15**

Turnam deasupra compozitia pentru umplutura si asezam fire de sparanghel scurse putin de apa.

**PASUL 16**

Presaram peste sparanghel cascavalul sau parmezanul.

**PASUL 17**

Punem tava in cuptorul incalzit la 180 de grade pentru aproximativ 45-50 de minute.

**PASUL 18**

Cand tarta aperitiv este rumenita deasupra o scoatem din cuptor si o lasam sa se raceasca.

**PASUL 19**

Servim calduta, dar este buna si rece.

**Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru *Tarta cu Sparanghel*.**

**POFTA BUNA!**