



# Spargelgalette



## Zubereitungszeit:

30 Min.

## Zutaten:

### für 4 Galettes:

- 4 [Beetgold Tortilla Rote Bete](#)
- 280 g Tofu
- 1 EL Apfelessig
- 2 EL Hefeflocken
- 1/2 TL Zitronensalz (alternativ Meersalz)
- 500 g grüner Spargel
- Olivenöl
- 4 EL Walnüsse
- frische Kräuter nach Wahl
- Pfeffer

## Zubereitung:

- Den Spargel waschen und die zähen Enden abschneiden. - Spargel längs in die Hälfte schneiden und mit Olivenöl knusprig anbraten. ca. 5 Minuten von jeder Seite. - Den Tofu mit Apfelessig, Salz, 1 EL Olivenöl und 2 EL Hefeflocken zu einer cremigen "Käse"-Creme mixen. Je nach Bedarf mit mehr Apfelessig oder Salz abschmecken. - Nun je ein Wrap mit der Tofu-Creme bestreichen, Spargel darauf verteilen, mit Kräutern belegen und einem Schuss Olivenöl beträufeln. - Die Seiten der Wraps nach und nach einklappen, sodass eine Galette entsteht. - Die Galette für 15 - 20 Minuten bei 200°C knusprig ausbacken. - Warm genießen, passt super zu Salat und frischen Brot.