Rezept

Apfelkraut-Tarte mit fein-herber Füllung

Ein Rezept von Apfelkraut-Tarte mit fein-herber Füllung, am 28.05.2025

Zutaten

Für den Teig:

- **240 g** Dinkelmehl (Type 630; alternativ Weizenmehl Type 550)
- **80 ml** Rapsöl
- **1 TL** Weinstein-Backpulver
- **1 Prise** Salz

Für die Füllung:

- **3** Eier
- **50 g** Sahne
- **125 g** Crème double
- **100 g** Apfelkraut

Außerdem:

- Mehl zum Ausrollen
- Backpapier

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Tarteform von 28 cm Ø (16 Stücke) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 170 kcal, 7 g F, 3 g EW, 15 g KH

Zubereitung

1. Für den Teig Mehl mit Backpulver, Salz, Rapsöl und 80 ml heißem Wasser in eine verschließbare Plastikschüssel geben, sofort mit dem Deckel verschließen und gut durchschütteln. Die Schüssel öffnen und den Teig mit den Händen kurz durchkneten. Sofort auf wenig Mehl zu einem ca. 30 cm großen Kreis ausrollen.

2. Den Backofen auf 210° vorheizen. Die Tarteform mit Backpapier auslegen und den ausgerollten Teig hineinlegen, dabei einen kleinen Rand von 2 cm hochziehen. Den Teig mit einer Gabel sehr dicht einstechen. Im Backofen (Mitte) 10-15 Min. hellgelb vorbacken.

3. In der Zwischenzeit für die Füllung die Eier mit Crème double, Sahne und dem Apfelkraut in einem hohen Rührbecher mit dem Pürierstab durchmixen.

4. Den Tarteboden aus dem Ofen nehmen und die Apfelkraut-Sahne daraufgeben. Den Backofen auf 180° herunterschalten und die Tarte in 45-50 Min. backen, bis die Oberfläche fest und starr ist, wenn die Form bewegt wird. Die Oberfläche sollte die Konsistenz eines Flans haben. Die Tarte aus dem Ofen nehmen, auf ein Gitter stellen und in der Form erkalten lassen.