Rezept

Vegane Mango-Marzipan-Tarte mit Joghurtcreme

Ein Rezept von Vegane Mango-Marzipan-Tarte mit Joghurtcreme, am 15.06.2025

Zutaten

FÜR DIE FÜLLUNG:

- **300 g** Seidentofu
- **1** Bio-Limette
- **1/2 TL** Bourbonvanillepulver
- **2 EL** Speisestärke
- **250 g** reife Mango
- **2 EL** Agavendicksaft
- **1 TL** Pfeilwurzelstärke

FÜR DEN MARZIPANBODEN:

- **350 g** Weizenmehl (Type 405) oder Dinkelmehl (Type 630)
- **1 Prise** Salz
- **3 EL** kalte Margarine
- **2 EL** Puderzucker
- **1/2 TL** Backpulver
- **200 g** Marzipanrohmasse

FÜR DIE JOGHURTCREME:

- **150 ml** kalte aufschlagbare Pflanzensahne
- **1-2 TL** Agavendicksaft (nach Belieben)
- **80 g** ungesüßter Sojaghurt

AUßERDEM:

Margarine für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Stücke (Springform à Ø 26 cm) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal

Zubereitung

1. Für die Füllung den Seidentofu in einem mit Küchenpapier ausgelegten Sieb etwas abtropfen lassen. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden und würfeln. Die Limette heiß abwaschen, abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Die Hälfte des Safts mit Tofu, Mango, Agavendicksaft, Vanille und den beiden Stärkesorten fein pürieren. Die Creme bis zur Verwendung kalt stellen.

2. Für den Boden Mehl, Puderzucker, Backpulver und Salz vermischen. Das Marzipan in Würfel schneiden und mit der Margarine unter die übrigen Zutaten kneten. Nach und nach 2-3 EL eiskaltes Wasser hinzufügen, bis der Teig sich zu einem Ball formen lässt. Die Form fetten. Den Teig zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie etwas größer als die Springform ausrollen und in die Form legen. Einen Rand von ca. 3 cm hochziehen und den Boden für ca. 30 Min. kalt stellen.

3. Den Backofen auf 180° vorheizen. Den Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen und den Boden im Backofen (Mitte) 8 Min. vorbacken. Die Hitze auf 160° reduzieren. Die Füllung in den Boden gießen, glatt streichen und im Backofen (Mitte) ca. 30 Min. backen. Die Tarte herausnehmen und auskühlen lassen.

---

4. In der Zwischenzeit für die Joghurtcreme die Sahne aufschlagen. Sojaghurt, übrigen Limettensaft und Limettenschale unterheben und die Creme mit Agavendicksaft zur gewünschten Süße abschmecken. Die Creme bis zur Verwendung kalt stellen. Sobald die Tarte ausgekühlt ist, die Creme daraufstreichen. Dabei mit einer Palette oder einem Esslöffel dekorative Wellen formen.