

> Plätze 1–6 erschienen in: köstlich vegetarisch, Ausgabe 5/2018, Herbstliche Landküche

9.
PLATZ



Foto: Rogge & Jankovic Fotografien, Köln

Rote-Bete-Apfel-Tarte mit Pastinaken und Pinienkernen

köstlich raffiniert

Für 4 Portionen



Teig: 80 g Butter (alternativ: Margarine, z. B. von ALSAN) ♦ 200 g Dinkelmehl Type 630 ♦ Salz ♦ **Belag:** 60 g Zwiebeln ♦ 100 g Rote Bete ♦ 100 g Pastinaken ♦ 200 g Räuchertofu ♦ 1 Knoblauchzehe ♦ 1 gehäufte TL mittelscharfer Senf ♦ 1 EL Zitronensaft ♦ 150 ml Haferdrink ♦ 120 g säuerliche Bio-Äpfel, z. B. Boskop ♦ schwarzer Pfeffer ♦ ½ TL getrockneter Thymian ♦ 20 g Pinienkerne ♦ **Außerdem:** 1 Tarteform à Ø 26 cm ♦ Fett für die Form ♦ Mehl für die Arbeitsfläche ♦ **Auf Wunsch:** Thymian für die Garnitur

1. Für den Teig Butter oder Margarine 1 cm groß würfeln, mit Mehl, ½ TL Salz und 5 EL kaltem Wasser mit den Händen zu homogenem Teig verkneten. Form fetten und Teig mit den Händen in die Form drücken, dabei einen ca. 2 cm hohen Rand formen. Mit Gabel mehrmals einstechen und ca. 20 Minuten kalt stellen.

2. Inzwischen für den Belag Zwiebeln schälen und in 3 mm dicke Ringe schneiden. Rote Bete und Pastinaken ebenfalls schälen und in

3 mm dicke Scheiben schneiden oder hobeln. Backofen auf 200 °C vorheizen. Räuchertofu grob würfeln und in Mixbehälter geben. Knoblauch schälen und ebenfalls grob würfeln. Mit ½ TL Salz, Senf, Zitronensaft und Haferdrink zufügen und alles fein pürieren. Äpfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und in 3 mm dicke Spalten schneiden.

3. Tofumasse gleichmäßig auf dem Teigboden verteilen. Zwiebeln, Rote Bete, Pastinaken und Äpfel kreisförmig darauf anordnen. Mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Pinienkerne gleichmäßig auf Tarte verteilen. Ca. 40–45 Minuten backen. Tarte mit Thymian garniert servieren.

Zeit: ca. 35 Minuten Arbeitszeit, 40 Minuten Backzeit

Pro Portion: ca. 464 kcal, 1940 kJ, 18 g EW, 45 g KH, 23 g F, 4 BE

KÜCHEN-TIPP

> Die Tarte schmeckt auch kalt ausgezeichnet.

LUST AUF MEHR?

> Die aktuelle Ausgabe, ältere Hefte und tolle Abo-Angebote finden Sie in unserem Online-Shop unter:

www.koestlich-vegetarisch.de

JETZT NEU:

bis 18.10.2018 im Handel

