

Rezept für eine Gemüsetarte

Für eine 28er Springform

Zutaten für den Mürbteig

- 140g Mehl
- 140g Karotten
- 1 TL Salz
- 165 g kalte Butter
- 1/2 Tasse Wasser

Zubereitung Mürbteig

Anmerkung: Wer lieber einen normalen Mürbteig herstellen mag, nimmt die doppelte Menge Mehl und lässt die Karotten weg.

1. Die Karotten werden in einer Küchenmaschine zerkleinert.
2. Bis auf das Wasser und die Butter werden alle Zutaten in eine Schüssel gegeben.
3. Die Butter mit einem Messer in Flöckchen zu den restlichen Zutaten geben.
4. Mit den Händen formt ihr die Zutaten zu einem glatten Mürbteig.
5. Die Bestandteile zwischen den Händen verreiben und mit der Faust kneten.
6. Zum Schluss nach und nach das Wasser zugeben, bis ihr einen glatten Teig habt und eine Kugel formen könnt.
7. Für eine Stunde in den Kühlschrank geben.

Zutaten für die Füllung und Tartebau

- 3 Bioeier M
- 100ml Sahne
- 70g Speck (wahlweise)
- Salz, Pfeffer, Oregano
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Zwiebel
- 1/2 Stange Lauch
- 8-12 Cocktailtomaten
- 30g kräftigen Käse z.B. Gruyere

Zubereitung der Füllung

1. Eier, Sahne, gehackten Knoblauch, Speck, geriebenen Käse und Gewürze in einer Schüssel miteinander verquirlen.
2. Die restlichen Zutaten in Scheiben schneiden bzw. die Tomaten halbieren.
3. Nach einer Stunde rollt ihr den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche aus und legt ihn in eine eingefettete Springform. Der Rand sollte ca. 3 cm hoch sein. Das Gemüse gebt ihr auf den Boden.
4. Die Sahne- Eier- Mischung gleichmäßig über dem Gemüse verteilen.
5. Bei 200°C ca. 30 Minuten backen.