



Mandel-Nuss-Tarte

mit Salzkaramell und Joghurt



ca. 1h



4 Portionen

Diese traumhafte Tarte hat alles, was das Naschkatzenherz begehrt: Sie ist süß, sie ist salzig, sie ist knusprig, sie ist cremig ... und das Ganze ist zudem noch relativ einfach gemacht. Zuerst werden ein Salzkaramell zubereitet und Mandeln, Walnüsse und Kürbiskerne angeröstet. Zugleich wird der Boden im Ofen vorgebacken. Schnell noch alles kombiniert - schön abkühlen lassen und voilà!

Was du von uns bekommst

- 200g Zucker
- 200ml Kochsahne ²
- 100g Walnusskerne ³
- 100g Mandelblättchen ³
- 50g Kürbiskerne
- 1 Pck. Blätterteig ¹
- 1 Becher Joghurt ²

Was du zu Hause benötigst

- 45g Butter ²
- Salz

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- runde Quicheform (ca. 20cm Ø)
- Backgewicht (Reis oder Hülsenfrüchte)
- mittelgroßer Topf
- Küchenwaage
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Für den Karamell am besten einen Topf mit dickem Boden verwenden. // Das Rezept ergibt 4 Portionen.

Allergene

Gluten (1), Milch (2), Schalenfrüchte (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1065kcal, Fett 70.5g, Kohlenhydrate 86.3g, Eiweiß 19.8g



1. Zucker schmelzen

Den Backofen auf 180°C (160°C Umluft) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf den **Zucker** mit 50ml Wasser und ½TL Salz bei mittlerer bis starker Hitze ohne Rühren erwärmen. **Vorsicht**, der **Karamell** wird sehr heiß! Wenn die Mischung zum Kochen kommt, die Hitze etwas reduzieren und den Topf leicht schwenken, um den **Karamell** gleichmäßig zu verteilen und zu verhindern, dass er verbrennt.



4. Teig auslegen

Eine runde Quicheform (ca. 20cm Ø) mit 1TL Butter oder Pflanzenöl einfetten. Das Backpapier abziehen, den **Teig** über die Quicheform legen und an die Ränder drücken. Den **überschüssigen Teig** abtrennen und zum Ausbessern der Stellen, an denen der **Teig** nicht den gesamten Rand bedeckt, verwenden.



2. Karamell fertigstellen

Den Topf vom Herd nehmen, sobald der **Karamell** goldbraun wird. Mit **100ml Sahne** ablöschen und vorsichtig verrühren. Den erhärteten **Karamell** bei mittlerer Hitze erwärmen, bis er flüssig wird und Blasen schlägt, dann wieder vom Herd nehmen und 40g Butter einrühren. Zum Auskühlen beiseitestellen.



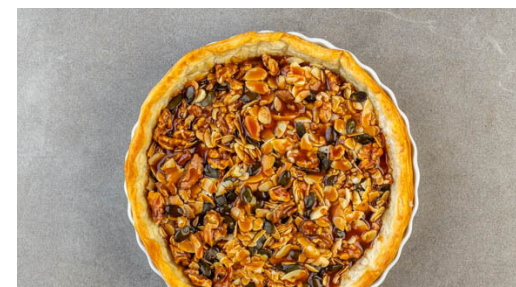
5. Backgewicht einfüllen

Mit einer Gabel Löcher in den Boden und die Seiten des **Teiges** stechen. Das Backpapier über den **Teig** legen. Ggf. mehr Backpapier verwenden, sodass der gesamte **Teig** bedeckt ist. Die Quicheform mit dem Backgewicht befüllen. **Tipp:** Die Ränder mit dem Backgewicht stabilisieren, damit sie beim Backen nicht zusammenfallen.



3. Nüsse anrösten

Die **Walnüsse** und die **Kürbiskerne** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und im Ofen 2-7Min. anrösten, dann die **Mandeln** zugeben und alles in ca. 5Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, die **Nüsse** und **Kerne** können schnell zu dunkel werden. Zum Abkühlen aus dem Ofen nehmen und beiseitestellen. Die Ofentemperatur auf 220°C (200°C Umluft) erhöhen.



6. Tarte backen

Die **Tarte** im Ofen 12-14Min. backen, bis die Ränder leicht bräunen. Aus dem Ofen nehmen und das Backpapier samt Backgewicht entfernen. Die **Tarte** 2-5Min. weiterbacken, bis der **Teig** am Boden trocken ist. Die **Nüsse** und die **Kürbiskerne** darauf verteilen, mit dem **Karamell** übergießen und die **Tarte** in 8-11Min. goldbraun backen. Auskühlen lassen und mit dem **Joghurt** servieren.