

Heidelbeer-Tarte mit Nussboden aus dem Thermomix®



© Heidelbeer-Tarte mit Nussboden - Rezepte mit Herz



45 Min. + Wartezeit



leicht



12 Stücke

Eiskalt der perfekte Genuss im Sommer.

Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	Für den Boden:	
<input type="checkbox"/>	60 g	Kokosöl
<input type="checkbox"/>	200 g	Nussmischung
<input type="checkbox"/>	100 g	Haferflocken
<input type="checkbox"/>	8	weiche Datteln (entsteint)
<input type="checkbox"/>	10 g	Backkakao
<input type="checkbox"/>	1 Prise/n	Salz
<input type="checkbox"/>		Fett für die Form
<input type="checkbox"/>	Für die Creme:	
<input type="checkbox"/>	300 g	Heidelbeeren (frisch oder TK und aufgetaut)
<input type="checkbox"/>	200 g	Kokosmilch (zuerst die feste Creme abnehmen, dann mit der Flüssigkeit auffüllen)
<input type="checkbox"/>	200 g	Haferdrink
<input type="checkbox"/>	100 g	Ahornsirup
<input type="checkbox"/>	2 EL	Speisestärke
<input type="checkbox"/>	2 TL	Agar-Agar
<input type="checkbox"/>	Für die Deko (optional)	
<input type="checkbox"/>		Heidelbeeren
<input type="checkbox"/>		Kokoschips
<input type="checkbox"/>		Blüten

Zubereitung

1. Für den Boden Backofen auf 170 °C (150 °C Umluft) vorheizen und Tarteform (27 cm Ø) gut einfetten. Öl in den Mixtopf geben und 1 Min./50 °C/Stufe 2 schmelzen lassen. Übrige Zutaten in den Mixtopf zugeben und 30 Sek./Stufe 6 zerkleinern. Mit dem Spatel nach unten schieben und erneut 30 Sek./Stufe 6 mixen.
2. Teig in die Form geben, festdrücken, dabei einen ca. 1 cm hohen Rand formen. Boden im heißen Ofen 12-15 Min. am besten mit Sichtkontakt backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.
3. Für die Creme Heidelbeeren waschen und verlesen. Zusammen mit übrigen Zutaten in den Mixtopf geben, erst 6 Min./100 °C/Stufe 2 kochen, dann 30 Sek./Stufe 6 pürieren. Ca. 10 Min. etwas abkühlen lassen.
4. Creme durch ein Sieb in die Tarteform auf den Boden gießen. Auskühlen und mind. 4 Std. (am besten über Nacht) im Kühlschrank abkühlen lassen. Tarte nach Belieben dekorieren und servieren.

Nährwertangaben

Pro Stück: ca. 250 kcal – 5 g E – 17 g F – 20 g KH