

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