

Christina Richon
Tomaten-Tarte-Tatin

Montag, 27. Juli 2020
Rezept für 6 Personen

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: einfach
Vegetarisch, mediterran

Zutaten:

Für den Belag:

2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
3 EL Olivenöl
1 EL Rohrzucker
etwas Salz
600 g kleine Tomaten (nach Belieben)
Kirschtomaten in verschiedenen Farben)
2 TL Balsamico
1 TL Worcestersoße
1 grüne Chilischote
etwas Pfeffer aus der Mühle
4 Zweige Thymian
3 Zweige Rosmarin
3 Stängel Estragon
3 Stängel Basilikum

Für den Teig:

240 g Dinkelmehl (Type 630)
1 TL Weinsteinbackpulver
1 Prise Salz
1 Prise Rohrzucker
65 g Olivenöl
85 ml heißes Wasser

Für den Salat:

250 g Blattsalate
1 Bund gemischte Kräuter (Blatt Petersilie, Basilikum, Minze, Estragon,
Schnittlauch)
4 getrocknete Tomaten, in Öl eingelegt
1/2 Bio-Zitrone
4 EL Rapsöl
2 EL Weißweinessig
1 TL Senf
1 Prise Salz
1 Prise Rohrzucker
1 Prise Pfeffer aus der Mühle

zusätzlich:

2 EL Pinienkerne
80 g Ziegenfrischkäse-Taler
3 Stängel Minze



3 Stängel Basilikum

Zubereitung:

1. Eine auslaufsichere Tarteform (Ø 28–30 cm) bereitstellen.
2. Für den Belag Zwiebeln und Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden.
3. In einer Pfanne 2/3 vom Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln und Knoblauch darin anbraten. Zucker darüber streuen und weiterbraten, bis die Zwiebeln karamellisiert sind. Salzen und die Zwiebelmasse auf dem Boden der Tarteform gleichmäßig verteilen.
4. Tomaten, waschen, abtrocknen und halbieren. Bei größeren Tomaten den grünen Strunk entfernen.
5. In einer Pfanne das restliche Olivenöl erhitzen und die Tomaten darin kurz scharf anbraten. Balsamico, Worcestersoße dazugeben.
6. Chilischote nach Belieben entkernen und in feine Streifen schneiden. Chili unter die Tomaten heben und ca. 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Vorsichtig umrühren.
7. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
8. In der Zwischenzeit für den Teig Mehl, gesiebtetes Backpulver, Salz und Zucker in eine fest verschließbare Schüssel geben und gründlich mischen. Olivenöl und heißes Wasser verquirlen, zugeben. Die Schüssel mit passendem Deckel fest verschließen und alles kräftig schütteln. Deckel abnehmen und die entstandene Mischung mit den Fingern kurz zu einem Teig vermengen.
9. Thymian, Rosmarin, Estragon und Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abstreifen und fein schneiden.
10. Die geschmorten Tomaten mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gehackten Kräuter unterrühren. Die Tomatenmasse soll nicht zu flüssig sein, eventuell noch etwas einkochen lassen. Die gegarten Tomaten gleichmäßig über die Zwiebeln geben.
11. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche etwas größer als die Form ausrollen und z. B. mit Hilfe einer großen Palette, „Kuchenretter“ oder der Teigrolle über die Tomaten legen. Den Teig innen am Rand nach unten umklappen und gut an den Formrand festdrücken.
12. Die Tarte auf der mittleren Schiene im vorgeheizten Ofen ca. 30 Minuten backen. Der Teig soll goldbraun und knusprig sein.
13. Inzwischen Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Kräuter abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen, Schnittlauch und getrocknete Tomaten klein schneiden.
14. Für das Dressing die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Öl, Essig und Senf vermischen, mit Salz, einer Prise Zucker, Pfeffer, wenig Zitronensaft und -schale abschmecken.
15. Den Salat in einer Schüssel mit Kräutern, getrockneten Tomaten und dem Salatdressing vorsichtig mischen.

16. Tarte aus dem Ofen nehmen, kurz in der Form ruhen lassen, dann vorsichtig vom Formrand lösen und auf eine große Platte stürzen.

17. Die Pinienkerne in einer kleinen Pfanne trocken rösten.

18. Die Ziegenkäsetaler zerkrümeln und zusammen mit den Pinienkernen über die Tarte streuen. Mit einigen Pfefferminz- und Basilikumblättchen belegen und sofort servieren. Dazu den Blattsalat reichen.

Nährwert: Pro Portion: 540 kcal / 2250 kJ
35 g Kohlenhydrate, 12 g Eiweiß, 39 g Fett