

PORTIONEN

4

ZEIT GESAMT

90 min

LEVEL

easy

Rezept

APFEL-MANGO-TARTE

Eine Tarte ist ein wunderbares leichtes Stück Obstkuchen, das keinen Schnickschnack braucht. Etwas Teig, ein wenig Pfiff und gutes Obst – schon ist sie fertig.

Ich habe dieses Mal wieder die Apfel-Mango-Kombination gewählt und aus der Mango einen Lemon-Curd, nein, einen Mango-Curd als Creme hergestellt. Die Form ist eine **Coox-Wunderform** (nein, ich erhalte keine Provision, bin aber absolut überzeugt von diesen Backformen), da ich aktuell keine runde passende Tarteform habe. Diese Form hat genau die Größe, dass daraus 4 Stücke Apfel-Mango-Tarte werden. Nicht zu viel und nicht zu wenig.

P.S.: Am besten schmeckt mir eine solche Tarte, wenn sie noch warm ist. Aber niemandem verraten!



ZUTATEN

Für den Teig:

- 100 g gemahlene und blanchierte Mandeln
- 15 g **Mandelmehl**
- 1 Ei (bei mir immer Größe L)
- 30 g Butter
- ca. 15 g pulverisiertes **Erythrit**

*Saurer Apfel vs süßliche Mango
– das perfekte Duo!*

Für den Mango-Curd:

- 160 g Fruchtfleisch ein Mango
- 90 ml Milch
- 1 TL Xanthan
- 40 g Butter
- 1 Ei (bei mir immer Größe L)
- pulverisiertes Erythrit Menge nach Geschmack
- 3-4 Flavor Drops Vanille oder echte Vanille

Für das Topping:

- 1 Apfel (bei mir Braeburn)
- 20 ml Wasser
- 20 g Erythrit
- 1 Messerspitze Xanthan



SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

SCHRITT 1

Die Zutaten für den Teig gut miteinander vermischen, dann den Teig in eine Form geben. Das Ausrollen bzw. Verteilen funktioniert gut mit den Händen. Wer ein Nudelholz verwenden möchte, sollte eine Frischhaltefolie auf den Teig legen und dann mit dem Nudelholz darüber rollen.

SCHRITT 2

Den Teig an den Rändern ca. 2-3 cm hoch ziehen. Den Teig dann für ca. 10 min bei 160 Grad Umluft vorbacken.

SCHRITT 3

Während der Teig im Ofen ist, kannst Du das Mangofruchtfleisch in kleine Würfel schneiden und mit der Milch und dem Xanthan möglichst fein. pürieren. Danach in einem kleinen Topf die Butter schmelzen (nicht zu heiß werden lassen, den braun sollte die Butter nicht werden) und dabei das Ei hineinrühren.

SCHRITT 4

Jetzt das Mango-Milch-Xanthan-Gemisch hinzufügen und mit pulverisiertem Erythrit und Vanille nach Geschmack süße, dabei – weiter rühren, bis alles eine homogene Masse ist. Da die Mango ein eher faseriges Fleisch hat, ist der Mango-Curd nicht ganz glatt. Das ist aber kein Manko und Du kannst den Topf vom Herd nehmen.

SCHRITT 5

Wenn Du den Teig nach ca. 10 min aus dem Ofen nimmst, hat dieser eine leichte Bräune. Gib dann den Mango-Curd auf den Teig, so dass dieser bis an den Rand des Teiges gefüllt ist. Schäle, entkerne nun den Apfel und schneide diesen in 2-3 mm dicke Scheiben, die Du auf dem Curd anordnen kannst.

SCHRITT 6

Eine leichte süße Glasur kannst Du einfach mit Wasser, in dem Du das Erythrit unter kochen auflöst und dann eine Messerspitze Xanthan mit dem Schneebesen unterrührst herstellen. Diese Glasur (leicht zäh) verteilst Du auf den Äpfeln. Stelle dann den Kuchen für ca. 65 min bei 160 Grad Ober/Unterhitze wieder in den Ofen und backe ihn fertig.

Vor dem Verzehr, lasse die Tarte leicht auskühlen und bestäube ihn mit pulverisiertem Erythrit. Dann steht dem Genuss nichts mehr entgegen.