

Aprikosen – Tarte ohne Ei

Saftiger Kuchen mit cremiger Joghurtfüllung und Streuselbelag!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei siehe Tipp,
fruktosearm siehe Tipp, eifrei, maisfrei



Für eine Tarte

Für den Teig:

50g Butter

2 EL Zucker

180g helle glutenfreie Mehlmischung (ich verwende Mix it von Schär)

1 TL Flohsamenschalenpulver ODER 1/2 TL Xanthan

1,5 TL Backpulver

100ml Milch (ggf. laktosefrei)

Für die Füllung:

150g Joghurt natur (ggf. laktosefrei)

200g Crème fraîche oder Schmand (ggf. laktosefrei)

2 EL Zucker

1 EL Speisestärke oder Kartoffelstärke

1 Dose Aprikosen (Abtropfgewicht 480g)

Für den Streuselbelag:

70g Butter

40g Zucker

1 P. Vanillezucker

120g helle glutenfreie Mehlmischung

1 TL gemahlene Flohsamenschalen

1. Den Teig herstellen. Butter und Zucker schaumig rühren. Mehl, gemahlene Flohsamenschalen und Backpulver mischen und zur Schaummasse rühren. Die Milch unter rühren (Handrührgerät) zugeben und zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und kurz mit den Händen durchkneten. Den Teig auf der bemehlten Fläche mit einem Nudelholz dünn ausrollen und eine gefettete Tarteform damit auslegen. 30 Minuten kühl stellen.

2. Streusel zubereiten. Alle Zutaten für die Streusel mit den Händen oder mit dem Handrührgerät zu Streuseln verarbeiten. 20 Minuten kühl stellen.

3. Die Aprikosen abtropfen lassen. Alle Zutaten für die Joghurtfüllung in eine Rührschüssel geben und mit dem Handrührgerät zu einer homogenen Masse rühren.

4. Die Joghurtcreme auf den Teig verteilen, mit Aprikosen belegen und die Streusel gleichmäßig darauf verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 35 Minuten backen. In der Form auskühlen lassen und servieren.

Tipp: Die Aprikosen – Tarte mit Schlagsahne (laktosefrei) servieren.

Anmerkung: Wird eine andere glutenfreie Mehlmischung verwendet, so kann die Mehl – Mengenangabe etwas variieren.

Milchfrei – Tipp: Für den Teig Butter durch Pflanzenmargarine ersetzen. Anstatt Milch veganen Milchersatz auf Soja-, Reis-, Mandel- oder Nussbasis verwenden. Für die Füllung anstatt 150g Joghurt und 200g Crème fraîche, 300g Sojajoghurt verwenden. Butter durch 50g Pflanzenmargarine ersetzen.

Fruktosearm – Tipp: Jeglicher Zucker im Rezept durch Getreidezucker im Verhältnis 1:1 ersetzen. Bei Aprikosen aus der Dose besteht eine individuelle Verträglichkeit. Alternativ auf fruktosearme Obstsorten wie Rhabarber (gedünstet), frische

Aprikosen, frische Clementinen oder Papaya – Stückchen zurückgreifen.

