Erdbeer Tarte mit Holundercreme

Rezept von Bumblebee im Ketoland

Gang: **Kuchen und Torten, Patisserie**Schwierigkeit: **einfach**

Portionen	Zubereitungszeit	Backzeit
12 Portionen	45 Minuten	24 Minuten

Ein Stück vom (Sommer-)Glück ist diese geniale Kombination aus zartem Mürbteig, fruchtigen Erdbeeren und aromatischer Holunderblütencreme – Bissen für Bissen Genuss pur! 😍
Rezept ergibt 1 Tarte zu Ø24cm mit 12 Stück à 3,2g KH (240,3kcal).

Zutaten

Für den Mürbteig (*benötigt wird nur die Hälfte des Teiges*, Rest anderweitig verwenden):

- 100g **Mandelmehl (nicht entölt!)**
- 40g **Bambusfasern**
- 30g Proteinpulver neutral (ich verwende sportness von DM)
- 10g Flohsamenschalen gemahlen (ich verwende mivolis von DM)

- 60g Butter weich
- 1/4 TL **Xanthan** (1g)
- 1/4 TL **gemahlene Vanille**
- abgeriebene Schale 1/2 Bio-Zitrone
- 100g **Stevia-Erythrit** (Süßkraft 1:1 wie Zucker)
- 2 bis 3 EL Wasser (kalt)
- 1 Ei (Größe L)

Für die Holundercreme*:

- 250g Mascarpone
- 1,5 Blatt Gelatine
- 250g Schlagsahne
- 70g **Stevia-Erythrit** (Süßkraft 1:1 wie Zucker)
- 60ml zuckerfreier Holundersirup (**Rezept findest du hier** oder alternativ gekauften verwenden)
- 1/4 TL **gemahlene Vanille**

Für den Belag:

- 300g Erdbeeren (küchenfertig gewogen)
- ca. 30g Mandelblättchen
- Puder-Erythrit zum Bestäuben

Außerdem:

- **Tarteform Ø24cm** (am besten aus Silikon, damit lässt der fertig gebackene Teig sich kinderleicht aus der Form lösen)
- 1 Blatt Backpapier und
  Backperlen oder Linsen zum Blindbacken des Mürbteiges

Zubereitung

Mürbteig:

Backofen auf 175˚C Ober-/Unterhitze vorheizen.
Stevia-Erythrit mit Vanille und geriebener Zitronenschale zu feinem Pulver mahlen.

Süßmix mit allen weiteren Zutaten in eine Rührschüssel geben und mit den Knethaken zügig zu einem kompakten, homogenen Teig verarbeiten. Nicht zu lange rühren!

Boden und Rand einer Tarteform mit der Hälfte des Mürbteiges gleichmäßig auskleiden.
Mürbteigboden mehrmals mit einer Gabel einstechen.

Backpapier darauf legen und vorsichtig niederdrücken, sodass der gesamte Boden mit Backpapier bedeckt ist. Die Backpapierränder überstehen lassen.
Nun die Backperlen (alternativ: Trocken-Linsen) in die Form schütten und gleichmäßig darin verteilen.

Das Ganze nun für circa 12 Minuten backen.
Herausnehmen, kurz warten (sonst verbrennst du dir die Pfötchen) und das Backpapier vorsichtig mitsamt den Backperlen nach oben anheben und entfernen. (Aufpassen, dass beim Anheben des Backpapiers der Mürbteig nicht reißt!)

Nun die Tarte nochmal für circa 12 Minuten backen, bis sie leicht Farbe genommen hat.
Herausnehmen und in der Form vollständig abkühlen lassen.

Holundercreme:

Gelatine in reichlich kaltem Wasser mindestens 5 Minuten einweichen.
Stevia-Erythrit und Vanille zu feinem Pulver mahlen.
Schlagsahne steif schlagen und beiseite stellen.

Mascarpone mit dem Süßmix und dem Holundersirup (alternativ: mehr Stev-Ery und ggf. Aromastoffe) glatt rühren.

Nun 3 Esslöffel der Creme in einen Topf geben und bei Mittelhitze (bei mir ist das Stufe 5 von 9) erwärmen. Sobald die Creme gut temperiert ist, die tropfnasse Gelatine hinzufügen und mit dem Schneebesen verrühren, bis die Gelatine aufgelöst ist. Herd ausschalten.
Weitere 3 bis 4 Esslöffel der Creme in den Topf geben und wieder kräftig rühren, bis sich alles schön verbunden hat.

Nun den gesamten Topfinhalt unter Rühren zur verbleibenden Creme geben (ich lasse die Creme in meiner **KitchenAid** auf mittlerer Stufe laufen, während ich die Gelatinemasse einfließen lasse, so klappt es perfekt und nichts klumpt
😊
).

Fertigstellung:

Tarte vorsichtig aus der Form heben und auf einem passenden (Torten-)Teller platzieren.

Creme einfüllen und glatt streichen. Für circa 30 Minuten im Kühlschrank "anziehen" lassen (damit die Cremeoberfläche etwas fest wird und der Erdbeerbelag nicht einsinkt).

Zuletzt die Erdbeeren in mundgerechte Stücke schneiden, auf der Cremeschicht hübsch drapieren und mit Mandelblättchen bestreuen.
Man kann die Tarte zusätzlich noch mit etwas Puder-Süße bestreuen.
Fertig ist ein Tarte-Genuss der Extraklasse!

Anmerkungen

*Wenn du keinen zuckerfreien Holundersirup zuhause hast, kannst du alternativ eine Vanille-Creme daraus zaubern, indem du stattdessen ca. 40g mehr Stevia-Erythrit, 10 Tropfen ungesüßtes Vanillearoma und etwas mehr gemahlene Vanille hinzufügst.