

Vegane Quitten-Apfel Tarte mit Haferflocken.

Hallo liebe Genussfreund*innen, heute habe ich ein ganz besonders fruchtiges Rezept für euch im Markt-Gepäck. Eine vegane Quitten-Apfeltarte gebettet auf einem himmlisch duftenden Hafermürbeteigboden und vielleicht gibt es auch noch den ein oder anderen Haferstreusel oben drauf. ☐

Der Oktober ist der Monat der Quitte. Ihre Saison ist kurz und deshalb gibt es heute schnell noch ein weiteres leckeres Rezept mit ihr, das mal nichts mit, Gelee, Saft oder Quittenbrot zu tun hat. Im letzten Rezept gab es die Quitte in herzhafter Form, als Bestandteil eines [karamellisierten Ofengemüses](#). Heute gibt es sie eher klassisch und zwar als Hauptkomponente einer veganen Tarte. Und wenn man mich nun bitten würde, zu beschreiben, wie *gute Laune* gepaart mit der Farbe *bunt* schmeckt, dann würde ich antworten, *genau so. Wie diese Tarte*. Da stecken ganz viel Geschmack, Frucht und gute Laune drin. Und Haferflocken natürlich. Die machen mir eigentlich immer Gute Laune.



Bei der Füllung habe ich mich für eine Kombination aus Quitte und Apfel entschieden, was einen sehr angenehm fruchtigen Geschmack ergibt. Quitte pur empfinde ich gerade bei einer Tarte, die ja aus viel Füllung bei wenig Teig besteht, als ein bisschen zu viel des Guten Geschmacks. Quitten sind ja schon sehr kräftig fruchtig im Geschmack. Und sie besitzen einen sehr hohen Pektin-Anteil, was sie zusätzlich sehr sättigend macht. Ich persönlich finde, dass es bei Quitten einen sehr schmalen Grat von lecker zu jetzt reicht es dann irgendwie auch, gibt. Aber das mag, wie so vieles im Leben Ansichtssache sein. Die Tarte hat für mich jedenfalls genau die richtige

Balance Quittenpower und Apfelglück. Dazu der (sorry, ich kann es einfach nicht anders nennen) göttliche Hafermürbeteig, dessen Duft in meiner persönlichen Hitliste direkt nach der erste Kaffee-Duft Duft am morgen rangiert.

Die Tarte ist einfach super aromatisch und ich sage euch, dass eine kann hier auch ohne das andere existieren. Die Füllung, falls ihr auf der Suche nach einem schnellen Kompott seid z.B. Oder der Teig, aus dem sich auch super ein schneller Crumble zubereiten lässt oder einfache Haferkekse.

Schaut euch das Rezept gerne mal an.

Zum Rezept.

Vegane Quitten-Apfel Tarte mit Haferflocken



Für eine 24cm Tarteform mit Hebeboden.

Für den Hafermürbeteig.

- 150g möglichst fein gemahlene Haferflocken
- 50g Dinkelmehl Typ 630
- 25g gem. Mandeln (oder andere Nüsse oder einfach mehr Mehl)
- 25g Tapiokastärke (oder andere Speisestärke)

- 1/2 TL Weinsteinbackpulver
- 75g Puderzucker (selbst gemahlen aus 40g Kokos- und 35g Rohrohrzucker)
- Gute Prise Meersalz, ca, 1/4 TL Tonkaabrieb, 1 Espr. Löffel gemahlene Zimtblüte oder mehr
- 125g vegane Butter (kalt und in Stückchen)
- Abrieb von einer halben Zitrone
- 4-6 EL eiskalter Pflanzendrink

- optional 2 EL Macapulver für eine feine Karamellnote

Kleiner Tipp vorne weg. Ich gebe alle trockenen Zutaten, die gemahlen werden sollen zusammen in den Hochleistungsmixer.

Anschließend, alle Zutaten bis auf die Pflanzenmilch in eine Schüssel geben und mit den Händen oder den elektro-Rührstäben kurz zu einem krümeligen Teig verarbeiten. Ich finde am besten und saubersten funktioniert mit den Händen. 4-6 EL kalte Pflanzenmilch unterkneten bis man einen Teig-Ball formen kann. Diesen in Klarsichtfolie einwickeln und mindestens 30 besser 60 Minuten in den Kühlschrank geben.

Form rundherum mit etwas veganer Butter ausfetten und mit (Nuss)Mehl ausstreuen. Den Teig auf der gut bemehlten Arbeitsfläche (oder Zwischen Klarsichtfolie) kreisförmig und etwas größer als die Tarteform selber ist, ausrollen.

Teig in die Form gleiten lassen. Den Rand um den Boden herum und an den Seiten etwas andrücken. Überstehenden Teig abschneiden, wieder kurz verkneten, wieder in Klarsichtfolie wickeln und für die Streusel aufbewahren. Tarteboden mehrfach mit einer Gabel einstechen, Boden mit etwas Nussmehl betreuen und wenig Maisstärke bepudern. Tarte nochmals in den Kühlschrank geben, so lange wie der Ofen aufheizt.

Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Tarte mit Backpapier auslegen. Ausreichend getrocknete Hülsenfrüchte auf die Tarte geben. Boden auf mittlerer Schiene

für 15 Minuten blind backen.

Anschließend die Ofentemperatur auf 180°C reduzieren.

Tarteboden aus dem Ofen nehmen, Backpapier und Hülsenfrüchte entfernen. Die Füllung gleichmäßig auf dem Tarteboden verstreichen. Aus den gekühlten Teigresten Streusel formen, diese auf der Tarte verteilen.

Tarte für weitere 30-35 Minuten im unteren Drittel des Ofens backen bis der Tarte Rand eine schöne gold-braune Färbung hat. Tarte erst etwas abkühlen lassen bevor sie aus der Form gehoben wird (falls ihr eine Form mit Heheboden verwendet). Im Kühlschrank aufbewahren.

Quitten-Apfel Füllung.

1. 2 große Boskoop Äpfel 400g-500g (oder anderer Backapfel)
2. 1 große Quitte 300g-400g
3. 55g Rohrohrzucker
4. 50ml Ahornsirup
5. Ein Stich vegane Butter
6. 1/2 Zitrone Saft und Abrieb
7. 1 Orange (ca. 100ml Saft)
8. 1 EL Tapiokastärke (ca. 6g)
9. 1 EL Zimt
10. 1,5 TL Vanillepaste
11. etwas geriebene Tonkabohne
12. nach belieben gemahlene Zimtblüte

Beide Zuckersorten, Gewürze, Zitronensaft und Abrieb in einen geeigneten Topf geben und miteinander verrühren.

Die Äpfel schälen, halbieren, entkernen und fein Würfeln. In den Topf geben, unterrühren.

Die Quitte ggf. gut putzen d.h. den Flaum komplett abrubbeln. Anschließend mithilfe eines scharfen Messers halbieren, viertel und das harte Kerngehäuse rausschneiden. In Würfel

schneiden, siehe Bilder oben. Zu den Äpfeln in den Topf geben, unterrühren.

Einen Stich vegane Butter dazu geben. Obst bei mittlerer Hitze für ca. 5-8 Minuten dünsten. Nun die Hälfte vom Orangensaft unterrühren und für weitere 3-5 Minuten dünsten. Die Quitten sind nun halb gar, die Äpfel sollten beim rühren mehrheitlich zu Mus zerfallen. Ein paar Apfelstückchen sind fein. Es muss nicht ganz glatt sein. Die Konsistenz kann eh je nach Apfelsorte variieren. Der Boskoop wird jedenfalls schnell schön mürbe und weich. Probieren und ggf. nochmal mit Ahornsirup oder Gewürzen abschmecken.

Stärke im restlichen Orangensaft auflösen zum Obstkompott gießen, unterrühren kurz weiterköcheln lassen bis das Mus eindickt. Vom Herd ziehen und bis zur weiteren Verwendung abkühlen lassen. Auf den vorgebackenen Tarteboden geben und den Anweisungen s.o. folgen.

Dazu passt,

Eine Kugel Vanille-Eis mit etwas Karamellsauce oder eine paar karamellisierten Walnüssen.

Danke, für die köstlichen Quitten, lieber Helmut.