

Zwiebeltarte

Knuspriger Mürbeteig, butterweiche Rotwein-Schalotten und ein großzügiger Schuss dunkler Balsamico. Das ist das Geheimnis meiner dunkel violett schimmernden Zwiebeltarte, die nicht nur unheimlich köstlich, sondern sogar vegan ist. Am liebsten servieren wir den Zwiebelkuchen als Vorspeise auf einem Salatbett, doch oftmals können wir nicht widerstehen und machen aus der Tarte eine elegante Hauptspeise.



Zwiebeltarte | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (2 Tartes | 6 Portionen): 125 Gramm (veganen) Butter | 250 Gramm Mehl | 6 Esslöffel (pflanzliche) Milch | 0,5 Teelöffel Salz | Getrocknete Hülsenfrüchte (z. B. Kichererbsen zum Blindbacken) | 1 Kilo Schalotten | 4 Knoblauchzehen | 100 Gramm (vegane) Butter | 6 Esslöffel braunen Zucker | 8 Esslöffel dunklen Balsamico | 600 Milliliter Rotwein | 2 Esslöffel Salz | 2 Teelöffel Pfeffer | 4 Esslöffel Stärke | 2 Teelöffel Öl



Zwiebeltarte | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (120 Minuten): 1. Salz mit der kalten Butter, Mehl, und der Milch vermengen und circa 10 Minuten kneten, bis ein samtiger Teig entsteht. 2. Teig 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. 3. Währenddessen die Schalotten schälen und vierteln. 4. Knoblauch schälen und fein hacken. 5. Schalotten und Knoblauch in Butter glasig braten, dann Zucker dazugeben und mit Balsamico und 500 Milliliter Rotwein ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 6. Den Ofen auf 200°C Umluft vorheizen. 7. Den Mürbeteig ausrollen. 8. Die (geölten) Backformen mit dem Teig auslegen. 9. Den Teig vorsichtig an den Rand andrücken und überschüssigen Teig entfernen. 10. Boden mehrmals mit einer Gabel einstechen. 11. Formen bis zum Rand mit Hülsenfrüchten (z. B. Kichererbsen) zum Blindbacken füllen Mürbeteigboden circa 12-15 Minuten backen. 12. Stärke in 100 Milliliter Wein auflösen. 13. Zwiebelmasse aufkochen, dann die Stärkemischung unterrühren. 14. Sobald die Masse leicht andickt, diese auf den Teigboden geben. 15. Tarte 25 Minuten backen. 16. Vor dem Servieren kurz auskühlen lassen.

Jetzt noch mehr [Quiche & Tarte Rezepte](#) oder weitere [vegane Rezepte](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 642 Kalorien | 46,3 Gramm Fett | 68,7 Gramm Kohlenhydrate | 10,5 Gramm Eiweiß