



MEIN GENUSS



Mediterrane Gemüsetarte



It's a match!

It's a match! Deine Gemüsepizza schmeckt besonders gut mit dem groben Gewürzsalz! Probiere es gleich aus.



Vorbereitung
15 min



Niveau
Mittel



Zubereitung
20 min

Zubereitung

- 1 Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.
- 2 Zuerst den Teig zubereiten. Dafür das Mehl in eine Schüssel geben, Butter und Salz hinzufügen und alles zügig zu einem krümeligen Teig verarbeiten. Das Eigelb hinzugeben und zu einem glatten Teig kneten. Zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und im Kühlschrank für etwa 30 Minuten ruhen lassen.
- 3 Währenddessen bereitest du das Gemüse zu. Paprikaschoten halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. Zwiebeln schälen und ebenfalls in Streifen schneiden. Knoblauch in kleine Würfel und Zucchini in Ringe schneiden. Kirschtomaten halbieren.
- 4 Das Gemüse in etwas Olivenöl ca. 5 Minuten andünsten, dabei solltest du darauf achten, dass es nicht zu viel Wasser zieht. Mit Gewürzsalz und Pfeffer kräftig würzen. Dann das Gemüse aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abkühlen lassen.
- 5 Den Teig ausrollen und die Tarteform damit auskleiden, sodass der Teig etwa 2 cm über den Rand ragt. Den Boden mit dem Gemüse belegen, Oliven und Kapern darauf verteilen und auf der mittleren Schiene im Ofen für etwa 30 Minuten goldbraun backen. Die Tarte reicht für 4 Personen als Vorspeise und 2 Personen als Hauptgericht.

Zutaten

Für den Teig:

250 g Mehl
125 g kalte, in Würfel geschnittene Butter
1 Eigelb
Salz

Für den Belag:

2 rote Zwiebeln
1 gelbe Paprikaschote
1 rote Paprikaschote
100 g Kirschtomaten
2 Knoblauchzehen
0.5 Zucchini
schwarze Oliven ohne Stein (am besten Kalamata-Oliven)
Kapern (nach Geschmack)
Gewürzsalz
Schwarzer Pfeffer

Außerdem:

Olivenöl
beschichtete Tarteform (28 cm Durchmesser)

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt* auf deine nächste Bestellung.

*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 16.12.2026.