



Tarte mit Walnüssen, Lauch und Ziegenkäse



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	607,8 kcal	Fett:	28,6 g
Eiweiß:	18,4 g	Davon gesättigte Fettsäuren:	5,5 g
Kohlenhydrate:	68,6 g	ungesättigte Fettsäuren:	23,1 g

Zubereitungszeit:

30 Min. + Geh- und Backzeit

Zubereitung:

1. Für den Teig, Hefe, Zucker und 200 ml lauwarmes Wasser in eine Schüssel geben und verrühren, bis sich die Hefe aufgelöst hat. Mehl, Öl und 1 TL Salz dazu geben und alles mit den Händen zu einem Teig verarbeiten. Danach für 10 Min. auf der Arbeitsfläche verkneten. Dabei bei Bedarf etwas Wasser ergänzen. Teig in die Schüssel legen abdecken und ca. 90 Min. gehen lassen.
2. In der Zwischenzeit den Lauch putzen, waschen, in Ringe schneiden, abtropfen lassen. Thymian waschen, trocken tupfen, die Blätter abzupfen. Die marinierten Tomaten klein schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Lauchringe darin unter Rühren 8–10 Min. dünsten. Tomaten untermengen, mit dem Thymian, Salz und Pfeffer würzen. Beiseitestellen und etwas abkühlen lassen.
3. Den Backofen auf 220 °C vorheizen. Eine Tarte- oder Pizzaform (ca. 32 cm Ø) dünn mit Öl auspinseln. Den Teig ausrollen, in die Form legen. Den Lauch gleichmäßig auf dem Teig verteilen. Den Käse darüber bröckeln. Die Walnuskerne im Ganzen oder grob gehackt darüber streuen. Die Tarte im Ofen in ca. 20 Min. knusprig backen.

Zutaten für 2 Portionen :

Für den Hefeteig:

- 10 g frische Hefe
- ½ TL Zucker
- 350 g Weizenmehl
- 3 EL Olivenöl
- Salz

Für den Belag:

- 4 - 5 Stangen Lauch
- 1 Bund Thymian
- 5 getrocknete, marinierte Tomaten
- 3 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 150 g Ziegenkäse (Rolle)
- 80 g kalifornische Walnüsse
- Öl für die Form