



## ZWETSCHGENTARTE

### *Für den Mürbteig:*

- 1 EL gemahlene Chiasamen\*
- 3 EL Wasser
- 160 g Buchweizenmehl
- 50 g gemahlene Mandeln
- 1/2 TL Salz
- 100 g Kokosöl, Zimmertemperatur
- 2 EL Ahornsirup, Grad A oder C

\*die Chiasamen im Hexler oder in der Kaffeemühle mahlen.

### *Für den Belag:*

- 800 g Zwetschgen
- 2 EL Ahornsirup
- 3 EL Marmelade oder Fruchtmus  
(zum Beispiel Pflaumenmus oder Aprikosenmarmelade)

### *Für die Streusel:*

- 100 g gemahlene Mandeln
- 1 Prise Salz
- 2 EL Ahornsirup, Grad A oder C
- 40 g Kokosöl, Zimmertemperatur

### *Zeitaufwand:*

ca. 50 Minuten

Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Gemahlene Chiasamen mit 3 EL kaltem Wasser vermischen und 5 Minuten quellen lassen. Dann mit den anderen Zutaten für den Mürbteig mit den Knethaken der Küchenmaschine oder zuerst mit einem Löffel und dann mit den Händen glatt vermischen. Den Teig 5 Minuten ruhen lassen.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig zur Kugel formen, auf das Backpapier setzen und entweder mit den Händen möglichst flach drücken ODER den Teig mit einem zweiten Backpapier abdecken und mit dem Wellholz auswellen. In eine ovale Form bringen und mit den Händen einen kleinen Rand formen. Den Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen. Auf mittlerer Schiene 5 Minuten backen.

Die Zwetschgen waschen, vertikal einschneiden, entkernen und oben rechts und links jeweils einmal einschneiden. In einer Schüssel mit Ahornsirup vermischen.

Den vorgebackenen Teig gleichmäßig mit Marmelade bestreichen und dicht an dicht mit Zwetschgen belegen. Die Innenseite der Zwetschgen sollte dabei nach oben schauen.

Alle Zutaten für die Streusel vermischen und mit den Händen auf der Kuchenoberfläche verteilen. Die Tarte ca. 25–30 Minuten auf mittlerer Schiene backen. Zwischendurch kontrollieren, dass der Boden nicht zu dunkel wird. Die Tarte aus dem Ofen nehmen und vor dem Servieren abkühlen lassen.