

Schnelle vegane Apfel-Tarte ohne zusätzlichen Zucker

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

35
Min.

NIVEAU



Zutaten für 1 Tarte

Für die Tarte

1 Weizentortilla
2 süße Äpfel
1/2 Esslöffel Zitronensaft
1/2 Esslöffel Zimt (gemahlen)
1/3 Teelöffel Nelken (gemahlen)
1/3 Teelöffel Muskat (gemahlen)
15 g Rosinen

Für das Topping

2 Bananen

Besonderes Zubehör

Spiralschneider (alternativ: Sparschäler)
kleine Tarteform (ca. 20 cm Durchmesser)

- 2 -

Die Äpfel mithilfe eines Spiralschneiders (oder Sparschälers) in Bandform schneiden.

- 3 -

Zitronensaft und die Gewürze in einer Schale vermischen, die Rosinen und die Apfelbänder hinzugeben und vorsichtig verrühren.

- 4 -

Die Apfelbänder in der Form verteilen und die Tarte ca. 25-30 Minuten bis zum gewünschten Bräunungsgrad backen.

- 5 -

Die Bananen in einem Food Processor oder Mixer zerkleinern. Die fertige Tarte aus der Form lösen und in Stücke schneiden. Zusammen mit dem Bananen-Topping servieren.

Tricks deinen Heißhunger auf Süßes doch mal aus. Unsere Tarte kommt ganz ohne zusätzlichen Zucker aus und schmeckt herrlich nach frischen Äpfeln.

- 1 -

Den Ofen auf 170 °C vorheizen. Den Wrap in die Tarteform legen und gut eindrücken.