

Hefeteig für Tartes



Hier das Grundrezept für die Zubereitung eines Hefeteigs für Tartes.

Zutaten:

- 300 g Mehl
- 175 ml Milch
- 15 g Hefe
- 1 EL Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Gärzeit 1 Std. 30 Min.

Milch in einem kleinen Topf auf dem Herd lauwarm erhitzen. Hefe in eine Rührschüssel zerbröseln, Milch dazugeben und Hefe darin auflösen. Mehl und Olivenöl dazugeben und alles mit dem Rührgerät mit Knethaken einige Minuten zu einem kompakten Teig verrühren.

Man kann diesen Teig alternativ für süße oder pikante Tartes

verwenden. Bei süßen kann man zusätzlich einen halben Teelöffel Zucker hinzugeben, bei pikanten einen halben Teelöffel Salz.

Etwas Mehl auf ein Arbeitsbrett geben. Teig auf dem Arbeitsbrett mit den Händen etwas verkneten. Mein Rat: mit bemehlten Händen gelingt dies sehr gut. Auch wenn der Teig noch etwas feucht ist, nimmt man noch etwas Mehl hinzu. Teig zu einer Kugel formen und in der Schüssel zugedeckt 1 Stunde an einer warmen Stelle gehen lassen. Der Teig soll auf etwa das Doppelte seines Volumens aufgehen.

Etwas Mehl auf ein Arbeitsbrett geben und den Teig nochmals mit bemehlten Händen durchkneten. Zu einer Kugel formen und nochmals in der Schüssel zugedeckt 30 Minuten an einer warmen Stelle gehen lassen.

Eine Spring-Backform einfetten. Teig in die Backform geben und auf dem Boden flach ausdrücken. Einen 2–5 cm hohen Rand ausziehen – je nach Menge der vorgesehenen Füllung.

Teig zeitnah zur weiteren Verwendung zubereiten. Auch hier noch ein Rat: Zieht sich die weitere Verwendung noch etwas hinaus, erhitzt man den Backofen auf 50 °C Umluft und stellt die Backform mit dem Teig hinein.