

# Aktionsrezept



aus: köstlich vegetarisch, Ausgabe 3-2026, Sommerküche – Tolle Rezepte mit Pfiff



Foto: Rogge & Jankovic Fotografen, Köln

Für 1 Springform  
bzw. 8 Stücke

- 1 kg kleine festkochende Kartoffeln, z. B. Drillinge
- 100 g Bergkäse am Stück
- 200 g Schmand
- 2 Eier
- 150 g Lauchzwiebeln
- 250 g Kirschtomaten

**Aus dem Vorrat**  
Salz  
schwarzer Pfeffer

**Außerdem**  
Fett für die Form  
Springform  
(Ø 26 cm)

## Quetschkartoffel-Tarte mit Kirschtomaten und Lauchzwiebeln

**1.** Kartoffeln mit Gemüsebürste und Wasser säubern und mit Schale im geschlossenen Topf in wenig Salzwasser 20–25 Minuten bei mittlerer Hitze garen. Inzwischen Käse grob reiben und in einer Schüssel mit Schmand, Eiern und je 1 TL Salz und Pfeffer zu einem Guss verrühren. Lauchzwiebeln putzen, waschen, in 2 mm dicke Ringe schneiden und 1 EL davon für die Garnitur zur Seite stellen, Rest unter den Guss mischen. Backofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Form fetten.

**2.** Tomaten waschen und halbieren. Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen, aber nicht pellen, und in der Form verteilen. Kartoffeln mit der Unterseite eines Topfes oder eines Glases vorsichtig in der Form zerdrücken und zu einem geschlossenen Boden zusammenschieben, dabei einen 2 cm hohen Rand formen. Boden leicht salzen und pfeffern und Guss daraufgeben. Tomaten mit der

Schnittfläche nach oben darauf verteilen. Tarte 40 Minuten hellbraun backen. Aus dem Ofen nehmen, in 8 Stücke schneiden, auf Teller portionieren und mit zur Seite gestellten Lauchzwiebeln bestreut servieren (s. Tipp).

**Dauer:** ca. 1 Stunde 15 Minuten (inkl. 45 Minuten Wartezeit)

**Pro Stück:** ca. 269 kcal | 1130 kJ | 10 g EW | 26 g KH | 13 g F | 5 g BST | 2,1 BE

### KÜCHEN-TIPP

➤ Sehr lecker schmeckt zur Tarte auch ein grüner Salat.

### Vegane Variante

Der Guss gelingt auch ohne Käse, Schmand und Eier: Dafür **100 g weißes Mandelmus** und **200 ml heißes Wasser** mit dem Schneebesen verrühren. **2 EL Hefeflocken**, **1 TL Salz** und **½ TL schwarzen Pfeffer** untermischen. **60 g Speisestärke** mit **100 ml kaltem Wasser** glatt rühren und unter die Mandelmus-Masse rühren. Wie im Rezept beschrieben mit Lauchzwiebeln vermischen, auf den Kartoffelboden geben und mit Tomaten belegen.



**JETZT NEU:**  
bis 25.06.2026  
im Handel

Lust auf mehr?

Die aktuelle Ausgabe, ältere Hefte und tolle Abo-Angebote finden Sie in unserem Online-Shop unter:

[www.koestlich-vegetarisch.de](http://www.koestlich-vegetarisch.de)