Hartige taart

met Vita+ Volkoren

Hoofdgerecht Feest Vegetarisch

6 personen



Gezond en overheerlijk eten, dat wil toch iedereen? Dan is dit recept echt iets voor jou. Ontdek dit heerlijk recept voor een hartige en gezonde groentetaart. Deze taart bestaat uit verschillende lagen romige en smaakvolle groentecrèmes, afgewisseld met lagen Vita+ volkoren brood, dat boordevol voedingsstoffen zit en extra textuur geeft. Versier de taart met roomkaas en kleurrijke groenten. Het resultaat is een waar eetfestijn, met gegarandeerd succes bij familie en vrienden.

Ingrediënten

- 1 Vita+ volkorenbrood
- Avocadocrème
  - 1 avocado
  - 200 g roomkaas
  - 1 limoen
- Paprikacrème
  - 220 g gekonfijte paprika's
  - 80 g gekookte kikkererwten
  - 200 g roomkaas
- Rode bietencrème
  - 200 g gekookte rode bieten
  - 100 g gekookte kikkererwten
  - 200 g roomkaas
- 400 g roomkaas
- 100 g romanesco kool
- 100 g komkommer
- 100 g kerstomaatjes
- 100 g gele wortelen
- 100 g oranje wortelen
- Zout
- Peper

1. Maak de avocadocrème: halveer de avocado en verwijder het vel en de pit. Voeg de avocado, citroensap, citroenschil, roomkaas, zout en peper samen in een blender. Mix alles tot een fijne crème.

Benodigdheden

- Blender
- Spuitzakken
- Meloenlepel
- Mandoline
- Cirkelvormige bakvorm 18 cm diameter en 6 cm hoog
- Bakpapier
- Plasticfolie
- Spatel
- Optioneel: decoratieve kam met een vierkant patroon



Dit recept is gemaakt met Vita+ Volkoren

Met 40 % volkorengranen is dit volkorenbrood rijk aan vezels. Of je nu gaat voor ontbijt of lunch, de heerlijke smaak van dit brood past perfect bij zoet of zout beleg.

Koel bewaren in een spuitzak.

2. Maak de paprikacrème: laat de gekonfijte paprika's uitlekken. Giet de kikkererwten af en spoel ze af. Voeg de gekonfijte paprika's, kikkererwten, roomkaas, zout en peper samen in een blender. Mix alles tot een fijne crème. Koel bewaren in een spuitzak.

3. Maak de rode bietencrème: snij de geschilde gekookte bieten in blokjes. Giet de kikkererwten af en spoel ze af. Voeg de bietenblokjes, kikkererwten, roomkaas, zout en peper samen in een blender. Mix alles tot een fijne crème. Koel bewaren in een spuitzak.

4. Maak komkommerballetjes met een meloenlepel.

5. Snijd kleine stukjes romanesco kool. Blancheer ze in kokend water en koel ze direct af.

6. Snijd dunne plakjes gele en oranje wortelen met een mandoline. Week ze 30 seconden in kokend water en laat ze afkoelen. Vorm hiermee kleine rolletjes en snijd ze midden door.

7. Was de kerstomaatjes en snijd ze in 4.

8. Neem de bakvorm met een diameter van 18 cm en een hoogte van 6 cm. Leg bakpapier in de vorm.

9. Verwijder korsten van het Vita+ Volkoren brood. Bekleed de onderkant van de vorm met een laag Vita+ Volkoren brood sneden. Zo gesneden dat je de hele onderkant van de vorm kan vullen. Deze actie moet worden herhaald tussen elke laag crème. Maak als volgt: broodlaag, avocadocrèmelaag, broodlaag, paprikacrèmelaag, broodlaag, rode bietencrèmelaag, broodlaag.

10. Dek af met plasticfolie en zet 3 uur in de koelkast.

11. Haal de taart uit de vorm en bedek het met roomkaas met een spatel, zorg ervoor dat de bovenkant glad is. Op de foto zijn de lijnen van de contouren van de taart gemaakt met behulp van een decoratieve kam met een vierkant patroon.

12. Schik alle voorgesneden kleine groenten harmonieus op de taart.