

Tarte rustique à la feta, aux figues fraîches et au thym

Pour la pâte à tarte à l'huile d'olive :

- 200 g moins 1 càs de farine d'épeautre complète
- 2 càs de flocons de quinoa
- 1 pincée de sel
- 2 càs d'huile d'olive
- eau froide

Pour la garniture :

- 100 g de feta
- 6 à 7 belles figues fraîches
- poivre
- thym
- 2 càc de miel liquide (vous pouvez le passer quelques secondes au micro-onde pour le liquéfier)



Dans le bol d'un robot mixeur, préparer la pâte en mélangeant la farine avec les flocons de quinoa et le sel. Ajouter l'huile et mixer par impulsions. Ajouter alors de l'eau jusqu'à obtenir une boule de pâte homogène.

L'étaler de suite sur le plan de travail légèrement fariné. La pâte est plutôt difficile à étaler mais ce n'est pas grave, c'est ce qui fait son côté rustique ! Il suffit ensuite de colmater les trous directement dans le plat à tarte recouvert de papier cuisson. Piquer le fond de pâte à l'aide d'une fourchette et réserver au frais.



Laver les figues et les couper en 4.

Emietter la feta.

Précuire la pâte à tarte 15 min à 200°C.

Disposer la feta émiettée sur le fond de tarte. Poivrer et ajouter les quartiers de figues de façon harmonieuse. Couler le miel sur les figues et remettre la tarte au four environ 15 min à 180°-200°C.



A la sortie du four, saupoudrer de thym séché et servir avec une salade.



