

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

TARTE AUX COURGETTES, POIVRON ET FÉTA

Pour un cercle à tarte □ 22 cms

Pâte brisée : 250g farine T.55 - 50g lait froid - 175g beurre froid - 2,5g sel - 2,5g sucre - 1 jaune d'oeuf - (il en restera)

Mélanger la farine, le sel, le sucre, ajouter le beurre. Sabler dans les mains. Ajouter le lait et le jaune d'oeuf. Former une boule (ne pas trop travailler). Filmer puis entreposer au réfrigérateur 1h00 ou jusqu'au lendemain.

Garniture : 2 courgettes moyennes - 1/2 poivron rouge - 1 tranche de féta - 2 oeufs - 2 càs crème fraîche - 10cl lait - sel - poivre - 1 pointe de noix de muscade moulue -

Nettoyer les courgettes et le poivron. Ôter les bouts, râper les courgettes avec la râpe côté gros trous. Couper le poivron, ôter les pépins, émincer. Dans une jatte, battre les oeufs, le lait, la crème, saler, poivrer, muscader. Ajouter les légumes, mélanger.

Préchauffer le four à 180°C (th.6).

Etaler la pâte sur le plan de travail fariné. Poser le cercle sur la plaque à pâtisserie recouverte d'un papier sulfurisé. Placer la pâte dans le cercle. Découper le surplus à l'aide d'un couteau. Piquer le fond à l'aide d'une fourchette. Verser la garniture. Etaler à l'aide de la fourchette. Enfourner et cuire 35-40 minutes. Démouler 10 minutes après la sortie du four. A déguster à température ambiante.

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr