

Recettes du printemps

Le thème du mois de mars 2024

Les tartes de saison

Manger de saison permet de (re)découvrir le bon goût des produits. La saisonnalité respecte les cycles de la nature.

Les produits de saison permettent également de faire des économies.

Les fruits et légumes de saison auront plus de chance d'avoir totalement mûri et seront souvent plus savoureux que les fruits et légumes qui arrivent à maturité pendant le transport.

Nos idées de recettes

↳ Tarte chèvre/épinards

Ingrédients pour 4 personnes:

Pour la pâte brisée: 250g de farine – 100g de beurre – 100 ml d'eau – sel

Pour la garniture: 400g d'épinards frais – 1 bûche de chèvre – 70g de gruyère râpé – 4 œufs – 3 c. à soupe de crème fraîche – sel et poivre

Préparation:

Préparer la pâte brisée: verser 250g de farine dans un saladier, faire un puit et ajouter ½ c. à café de sel. Couper 100g de beurre en petits morceaux et les ajouter à la farine. Effriter le mélange du bout des doigts. Verser petit à petit ½ verre d'eau, en mélangeant rapidement à la spatule. Former une boule et la laisser reposer 30mn.

Préchauffer le four à 210° (th.7).

Beurrer le plat à tarte. Poser la pâte à tarte sur le plan de travail fariné, étaler au rouleau à pâtisserie. Dans un saladier, mélanger les œufs, le gruyère, la crème fraîche, le sel et le poivre. Egoutter bien les épinards. Les verser ensuite sur le fond de tarte. Les recouvrir avec la préparation aux œufs. Couper des lamelles d'1cm d'épaisseur de la bûche de chèvre puis les répartir tout autour de la tarte.

Mettre au four pendant environ 30 mn en surveillant la cuisson.



↳ Tarte poireaux/saumon

Ingrédients pour 4 personnes:

Pour la pâte brisée : 250g de farine – 100g de beurre – 100ml d'eau – sel

Pour la garniture : 400g de pavé de saumon – 4 poireaux – 3 œufs – 150 ml de crème fraîche – huile d'olive – sel et poivre

Préparation:

Préparer la pâte brisée : verser 250g de farine dans un saladier, faire un puit et ajouter ½ c. à café de sel. Couper 100g de beurre en petits morceaux et les ajouter à la farine. Effriter le mélange du bout des doigts.

Verser petit à petit ½ verre d'eau, en mélangeant rapidement à la spatule. Former une boule et la laisser reposer 30mn.

Préchauffer le four à 210° (th. 7).

Nettoyer les blancs de poireaux et les couper en rondelles. Faire chauffer 1 cuillère d'huile dans une sauteuse et y faire revenir les poireaux à feu doux. Saler légèrement.

Pendant que les poireaux cuisent, ôter si besoin la peau du saumon et le détailler en gros dés. Beurrer un plat à tarte. Poser la pâte à tarte sur le plan de travail fariné, étaler au rouleau à pâtisserie. Répartir les dés de saumon dessus. Recouvrir le saumon avec les poireaux bien fondus. Battre les œufs et la crème dans un saladier, saler et poivrer puis verser sur la tarte.

Mettre au four pendant 30 à 40 mn en surveillant la cuisson.



↳ Tarte tatin à l'ananas



Ingrédients pour 4 personnes :

Pour la pâte sablée : 120g de beurre – 230g de farine – 1 pincée de sel – 90g de sucre cristallisé – 1 œuf battu

Pour la garniture : 50g de sucre roux – 1 kg d'ananas au sirop

Préparation:

Prendre un moule à gâteau allant sur le feu, y verser l'ananas en morceaux avec le jus et faire revenir à feu doux jusqu'à réduction du sirop. Retirer l'ananas du moule, y mettre du sucre roux et un peu d'eau pour faire un fond de caramel. Puis remettre l'ananas.

Préchauffer le four à 180° (th.6).

Préparer la pâte sablée : mélanger au fouet le sucre, l'œuf et le sel. Ajouter la farine, travailler la pâte avec les doigts. Ajouter le beurre mou, continuer d'émietter la pâte puis faire une boule. Étaler la pâte avec un rouleau et la disposer dans le moule sur l'ananas en la tassant bien. Glisser les bords de la pâte pour qu'elle couvre bien le tout.

Mettre au four environ 20 mn.

Bonne dégustation !

