

Tarte aux Blettes



Eh vous ...

Oui vous là derrière votre écran.

Ca vous arrive aussi des fois d'être en mode
« **encéphalogramme plat** » au moment du dîner ?

Pourtant vous avez tout sous la main, des ingrédients frais,
des produits de saison et une motivation hors pairs !

Mais voila, c'est quand même la trou noir ?

Surtout face à cet ovni ... les Blettes !

– même Malko ne sait pas s'il doit prendre la pose ou non



Et vous savez quoi ?

Pas de panique, je suis là pour vous aider : au mieux vous inspirer au pire vous inciter à chercher plus loin ^^

Parce que ChefBibi, elle à beau se la jouer Alain Delon 30 seconde à parler d'elle a la troisième personne, c'est pas pour autant qu'elle a chopé la grosse tête.

Non non non, je sais bien que certains d'entre vous non pas de blettes dans leur frigo ou bien encore n'ont pas le même amour que moi pour les légumes.

N'empêche qu'à défaut de reproduire exactement cette recette, j'ose envisager que cela peut vous aider à réfléchir à ce qui vous plait, à ce dont vous avez envie.



Peut être qu'au détour de cet article, à la vision de cette tarte salée, à la lecture des ingrédients vous vous direz :
« *Tiens ca fais longtemps que j'ai pas fait un soufflé au fromage ☐* »

Et Saperlipopette je ne sais pas qu'elles connexions vous avez fait, mais au final vous avez trouvé votre idée de diner !
Donc vous voyez je pouvais bien me la péter un peu car grâce à moi, vous savez quoi manger ce soir ET TOC ^^

Bon suffit les tergiversations, passons à la recette !



Préparation :

□ 4 à 6 personnes

□ □□ : 30 à 40 minutes

□ □ : 180°

Ingrédients :

Pour la pâte à tarte légère

- * 100g de fromage blanc
- * 200g de farine
- * 20g d'huile d'olive
- * sel
- * un peu d'eau tiède

Pour info, je me suis trompée en choisissant dans mes pots de farine (le 0 déchets des fois c'est risqué) et j'ai pris une farine à pain. La pâte était donc plus proche d'une pâte à pizza que d'une pâte brisée comme elle aurait dû.

1 – Mélangez tous les ingrédients jusqu'à obtenir une pâte homogène, n'hésitez pas à ajouter un peu d'eau si vous trouvez votre pâte trop sèche.

2 – Filmez-la de papier alimentaire et laissez-la reposer au réfrigérateur au minimum 30 minutes avant de l'étaler dans un grand plat à tarte (25 – 28cm).

3 – Faites-la pré-cuire à 160° pendant 15 minutes.



Pour la garniture

- * 1 botte de blette
- * 2 œufs
- * 100ml de crème
- * 2 càS d'épice à Tajine
- * 3 à 4 poignées de cacahuètes naturelles

* sel/poivre

1 – Coupez le blanc et le vert de vos blettes et faites-les cuire à la vapeur. Essorez-les bien après cuisson pour enlever le plus d'eau possible.

2 – Dans un bol mélangez les oeufs, la crème, les épices, le sel & poivre.

3 – Reprenez le fond de tarte pré-cuit, disposez autant de blettes que vous le souhaitez (*moi j'ai bien garni en tassant ... j'aime trop les blettes*) et recouvrez de votre préparation aux oeufs.

4 – Déposez sur le dessus les cacahuètes et enfournez votre tarte à 180° pendant 40 à 50 minutes.

Tarte délicieuse à déguster seule ou accompagnée d'une viande blanche ...

