



# Tarte sablée aux mûres



20 minutes



20 minutes



4 à 6 pers

## INGRÉDIENTS

- 100 g de beurre\* clarifié
- 100 g de sucre complet ou de sucre de fleur de coco
- 120 g de noisettes\* ou poudre de noisettes\* grillées
- 180 g de farine de petit épeautre\* T 70 ou de farine de riz complet
- Sel
- 2 jaunes d'œuf\*
- 15 cl de crème végétale (amande\*,...)
- 1 bol de mûres sauvages
- Matériel : un moule à tarte en fer à fond amovible

\*PEUT CONTENIR DES ALLERGÈNES

1. Laver les mûres, les laisser égoutter dans une passoire et puis sécher sur un torchon propre. Réserver.
2. Réduire les noisettes en poudre. Réserver.
3. Faire fondre le beurre clarifié dans une casserole à feux doux.
4. Dans un cul de poule, verser, la farine, la poudre de noisettes, le sucre et le sel. Mélanger et faire un puits.
5. Verser le beurre puis travailler le mélange pour obtenir un sable. Au besoin ajouter un tout petit peu d'eau.
6. Répartir la pâte dans un moule à tarte à fond amovible de préférence puis tasser la pâte sablée sur le fond et le bord du moule. Réserver.
7. Dans le cul de poule mélanger les jaunes d'œufs et la crème végétale puis verser ce mélange sur le fond de tarte.
8. Disposer les mûres dessus puis enfourner 20 à 25 minutes à 210°C.
9. A la sortie du four, laisser complètement refroidir avant de déguster avec un rooibos « magie des bois ».

**Fenouil Sargé**  
du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
ZAC de la Pointe  
02 43 81 87 71

**Fenouil Université**  
du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
22 bd. Louis Leprince-Ringuet  
02 43 88 36 70

**Fenouil République**  
du lundi au samedi  
de 9h30 à 19h30  
1 b rue Gambetta  
02 85 29 15 80

**Fenouil Atlantides**  
du lundi au samedi  
de 9h30 à 19h30  
4-6 avenue d'Hauouza  
02 85 29 29 69

**Fenouil Antarès**  
du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
Rond-point d'Antarès  
02 43 78 93 82