

Tarte rustique

aux poireaux, aux carottes et au bacon



Préparation :

20 minutes

Cuisson :

50 minutes

Portions :

4 personnes

Ingédients :

Pour la pâte brisée :

- 100 g de farine d'épeautre*
- 100 g de farine de blé*
- 30 g de graines de pavot
- 60 g d'huile d'olive
- 60 g d'eau
- 1 pincée de sel

Pour la garniture :

- 500 g de carottes
- 200 g de poireaux
- 2 gousses d'ail
- 125 g de bacon fumé
- huile d'olive
- sel et poivre

Pour l'appareil :

- 4 œufs
- sel et poivre

*PEUT CONTENIR DES ALLERGÈNES

1. Dans un cul-de-poule, mélanger les farines, les graines de pavot, l'huile d'olive et l'eau jusqu'à obtenir une boule de pâte homogène. Couvrir et réserver.
2. Entailler les poireaux dans la longueur, les laver et les émincer.
3. Laver les carottes et les râper grossièrement.
4. Râper ou presser l'ail, puis le faire suer dans une sauteuse avec de l'huile d'olive.
5. Incorporer les carottes et cuire 5 minutes à couvert.
6. Incorporer les poireaux et cuire 5 minutes à couvert.
7. Émincer le bacon, l'incorporer aux légumes et cuire 5 minutes à couvert. Réserver.
8. Préchauffer le four à 180°C, en mode cuisson par la sole.
9. Fariner un plan de travail, étaler la pâte, la disposer dans un plat à quiche et la recouvrir de garniture.
10. Dans un cul-de-poule, battre les œufs, le sel et le poivre.
11. Verser sur la garniture et enfourner 35 minutes à 180°C.

Sargé | ZAC de la Pointe, Sargé
Université | 22 bd Louis Leprince-Ringuet
République | 1 b rue Gambetta, Le Mans

Atlantides | 4 avenue d'Haozu, Le Mans
Antarès | Giratoire de César, Le Mans
Allonnes | Rue de la Raterie, Allonnes

 Plus de recettes sur
www.cuisine-moi-un-fenouil.fr