



TARTE SALÉE À LA COURGE ET ÉPINARD FRAIS



10 min.



30-40 min.



3 pers.

RÉALISÉ PAR

Dynaform Nyon

Après la tarte sans pâte de Michelle Gavin en voici une autre!
C'est la saison des citrouilles. Elles peuvent être utilisées en soupe, gâteau sucré ou salé!

INGRÉDIENTS

- une pâte brisée
- 100g d'épinards frais
- 200g de chair de courge
- 1 petit oignon émincé
- 1 bonne cuillère à soupe de crème
- 1 œuf entier et un blanc d'œuf
- 50g de mélange parmesan et gruyère râpés
- 1 cuillère de persil et une de ciboulette hachés
- une noix de beurre
- sel, poivre
- condiments de votre choix
- quelques graines de courge

MARCHE À SUIVRE

Préchauffer le four thermostat 6 (180°C).
Couper la chair de la courge en petits cubes.
Emincer l'oignon. Le faire revenir dans le beurre.
Ajouter la courge et laisser réduire en purée. Faire évaporer le maximum d'eau en remuant souvent.
Laisser refroidir le mélange. Ajouter l'œuf entier, le fromage, la crème, les herbes, saler, poivrer et bien mélanger.
Pendant ce temps, snacker les épinard frais dans une poêle et réserver.
Enduire le fond de tarte avec le blanc d'œuf, pour éviter qu'il ne se ramollisse.
Verser un peu de la courge, puis disposer quelques feuilles d'épinard et recommencer l'opération pour faire des couches superposées.
Disposer quelques graines courge et enfourner 30 à 40 minutes.

Bon appétit!

ASTUCES DU CHEF

Vous pouvez ajouter des champignons, des dès de jambon voire d'autres légumes à votre goût!