

TARTE A LA GRECQUE

Lundi 12 Septembre 2016

Retour de Perpignan avec de belles figues cueillies directement dans le jardin de ma fille et pour celles qui ont subi un petit choc au cours du retour :



Tarte à la grecque : 8 parts : 5pp- 6 sp par part

-200g de farine

-50 g de beurre 41 %

-1 petit suisse 0 %*

-1 sachet de levure alsacienne

- 1 pointe de sel
- une douzaine de figues fraîches*
- 150 g de feta light
- 2 œufs*
- 100ml de crème 4 %
- 50 ml de lait écrémé*
- 20 g de poudre d'amandes
- sel poivre

Préparer la pâte à tarte : mettre dans le bol du mixer la farine, la levure, le petit suisse, le beurre froid coupé en dés et le sel .Mixer et rajouter un peu d'eau pour obtenir une pâte lisse à mettre en boule .Laisser reposer au frais.

Préchauffer le four 180 °

Etaler la pâte et foncer un moule à tarte (28 cm).

Saupoudrer le fond avec la poudre d'amandes.

Puis disposer en couronne les figues coupées en deux



Battre ensemble les œufs, la feta, la crème, le lait.
Assaisonner sachant que la feta est déjà salée.



Verser sur les figes et enfourner 30 minutes



Pour des parts plus grosses (6 parts), compter 7pp et 8sp)

Pour le repas : salade de haricots verts + 1 c à c d'huile de noix (1 pp- 1 sp) – 1 part de tarte à la grecque (5pp- 6 sp)-1 boule de sorbet citron (2pp- 2 sp- 1 figue (0pp- 0 sp))
.Total : 8pp- 9sp

Bon début de semaine.