

TARTE AUX 3 FRUITS D'ÉTÉ

Mercredi 7 Septembre 2016

Les fruits ne sont pas très bons cette année, ils mûrissent difficilement et à part des compotes, rien ne vaut une tarte pour les utiliser



Tarte aux trois fruits d'été : 6 parts : 4pp- 5 sp

-180 g de farine + 20 g pour le plan de travail

-40 g de beurre 41 %

-1 petit suisse 0 %*

-1 sachet de levure alsacienne

-1 pointe de sel

-3 pêches *

-5 abricots*

-2 nectarines*

-10 g d'amandes hachées

-hermesetas en poudre

Préparer la pâte : dans le bol du mixer, mettre la farine, la levure, le sel , le beurre froid coupé en petits morceaux , le petit suisse .Mixer rapidement en rajoutant si nécessaire un filet d'eau pour obtenir une pâte lisse à mettre en boule et laisser reposer une bonne heure

Préchauffer le four 180°

Saupoudrer le plan de travail de farine et étaler la pâte.

Foncer un moule à tarte (24 cm de diamètre).

Disposer en couronne les fruits pelés et coupés en quartiers : pêches – abricots – nectarines.

Saupoudrer d'amandes hachées et d'hermesetas

Enfourner 30 minutes.

Je n'ai rien mis au fond de la tarte car les fruits étaient peu juteux sinon prévoir 5 à 10 g de poudre d'amandes

Pour le repas : salade de tomates poivrons + 1 c à c d'huile (1 pp- 1 sp) – omelette ratatouille maison sans MG (4pp- 5 sp) – tarte aux 3 fruits d'été (4pp- 5 sp). Total : 9pp- 11sp.

Bon mercredi à toutes et tous