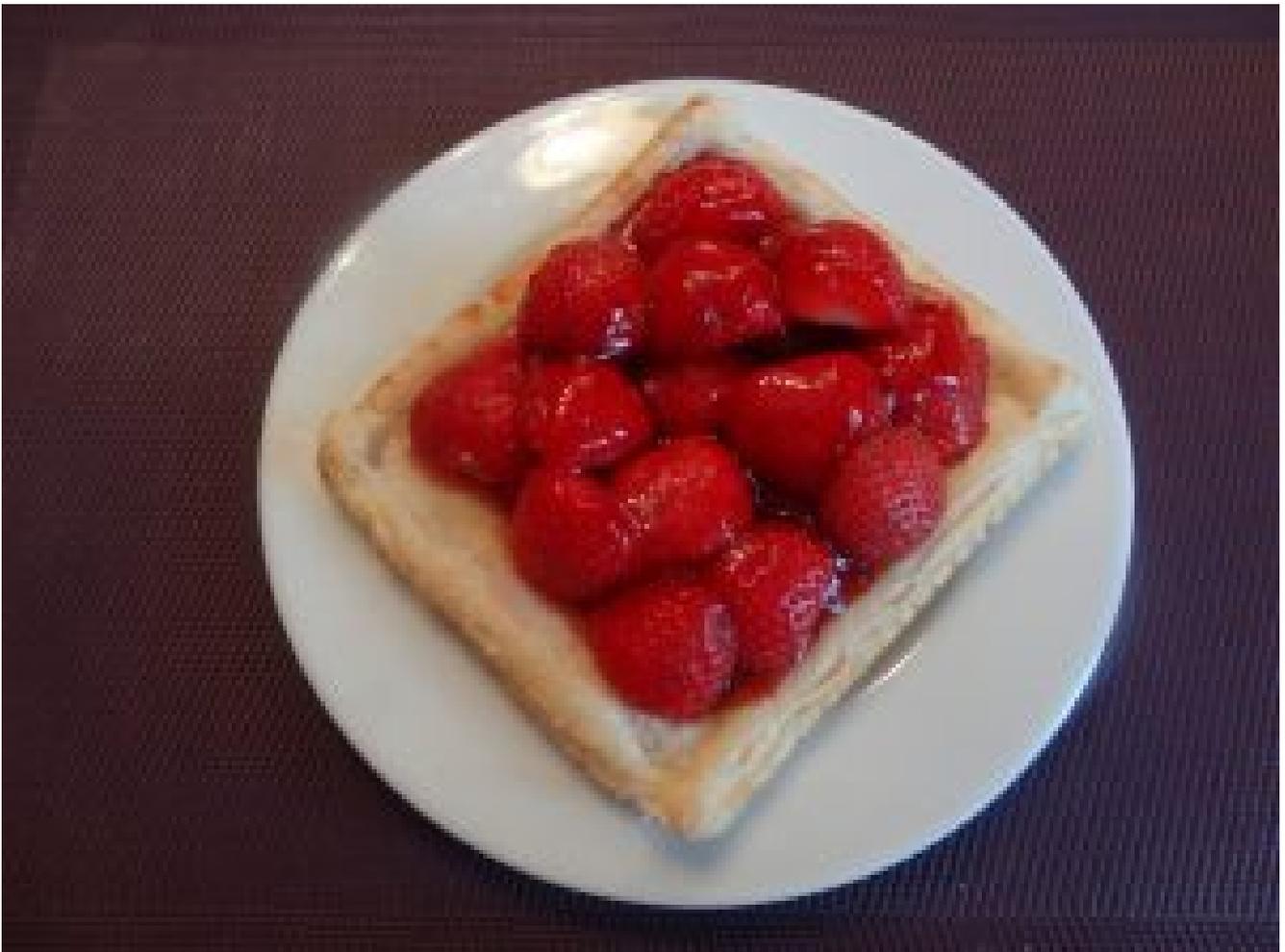


TARTELETTES AUX FRAISES

Vendredi 04 Novembre 2016

Et voilà, ce sont les dernières jusqu'à l'année prochaine ...mon maraîcher m'a vendu ces dernières fraises .Je vous donne quand même ma recette.



Tartelettes aux fraises : 6 tartelettes et 4pp -5 sp par tartelette

-180 g de farine

-40 g de beurre 41 %

-1 petit suisse 20 %

- 1 sachet de levure alsacienne
- 1 pincée de sel
- 500 g de fraises *
- 4 c à c de confiture de groseille
- 1 c à s de sirop de fraise sans sucre
- 1 cuillerée à soupe de lait écrémé*

Préparer la pâte : mettre dans le bol du robot, la farine, la levure alsacienne, le sel, le petit suisse et le beurre coupé en dés .Mixer et rajouter un peu d'eau pour obtenir une boule de pâte lisse ,à laisser reposer 1 heure au frais.

Passer rapidement sous l'eau les fraises, les équeuter.

Préchauffer le four 180° (th 6)

Étaler la pâte sur un tapis en silicone (ça évite de rajouter de la farine), foncer 6 petits moules antiadhésifs (rectangulaires pour moi), badigeonner les bords d'un peu de lait, piquer la pâte et la recouvrir de billes ou de haricots et cuire à blanc 20 minutes

Les démouler et les laisser refroidir

Puis les garnir de fraises coupées en deux.

Pour le nappage, chauffer la confiture et le sirop de fraises ensemble pour obtenir un sirop épais et napper les tartelettes immédiatement avec.

Pour le repas : céleri rémoulade maison sans mayonnaise (1pp- 2 sp) – 1 truite au four avec fenouil et 100 g de pommes de terre (6pp –5sp) –tartelette aux fraises (4pp- 5 sp) .Total : 11 pp- 12 sp

Très bon vendredi