



TARTE FINE AUX FRAISES

Apports nutritionnels par personne :



SUCRE
10 carrés*



GRAISSE
1 carrés**

NOMBRE DE PERSONNES
6 personnes

INGRÉDIENTS

- La pâte
- 200 g de farine de blé type 65
- 100 g de fromage blanc lisse à moins de 20 % de matière grasse
- 1 jaune d'oeuf
- 1 cuillerée à soupe de sucre
- 1 pincée de sel
- La garniture
- 500 g de fraises
- 3 cuillerées à soupe d'amandes hachées ou de pistaches mondées
- 1 petit brin de romarin frais ou 1 branche de thym (facultatif)
- Un peu de sucre glace (facultatif)

PRÉPARATION

PRÉPARATION 30 min	REPOS 1 à 2 heures	CUISSON 12 min
-----------------------	-----------------------	-------------------

1. Dans un grand bol, réunissez la farine, le fromage blanc, le jaune d'oeuf, le sucre et le sel. Travaillez ces ingrédients du bout des doigts jusqu'à ce qu'ils s'amalgament. Ramassez le tout en boule, enveloppez la pâte de film étirable et laissez reposer de 1 à 2 heures au réfrigérateur.
2. Pendant ce temps, faites légèrement griller les amandes ou les pistaches au four à 160°C pendant 8 à 10 minutes. Laissez-les refroidir sur une assiette.
3. Étalez la pâte très finement et déposez-la soit dans un moule à tarte, soit en forme de rectangle sur une plaque à pâtisserie. Dans ce dernier cas, pincez la pâte sur toute la circonférence pour réaliser un bourrelet. Piquez la pâte sur toute sa surface avec une fourchette et faites-la cuire 15 minutes au four. Si elle a tendance à gonfler, couvrez-la entièrement de papier sulfurisé et jetez-y une poignée de haricots secs ou de poids à pâtisserie. Sortez-la du four et laissez bédier.
4. Lavez et équeutez les fraises, coupez-les en tranches de 3 à 4 mm dans le sens de la longueur. Disposez-les rapidement sur le fond de tarte comme les tuiles d'un toit, parsemez des amandes ou des pistaches grillées et de quelques petites feuilles de romarin ou de thym si vous aimez ça. Vous pouvez saupoudrer d'un peu de sucre glace, mais pas trop afin de ne pas dénaturer le goût des fraises. Servez immédiatement.
5. Sur cette base de fond de tarte, tous les fruits sont les bienvenus, crus ou cuits. Pour faire une tarte cuite, disposez pommes, poires, prunes, etc., en tranches sur la pâte crue et faites cuire plus longtemps (de 20 à 30 minutes) au four à 180°C.

L'ASTUCE DE CHEF

Si la pâte est un peu collante lorsque vous l'étalez, saupoudrez le plan de travail et la pâte d'un peu de farine ou de semoule de blé fine.

[Télécharger la recette](#)

Références

1. * 1 carré de sucre = 5g de glucides
2. ** 1 carré de graisse = 10g de lipides

D'AUTRES RECETTES QUI POURRAIENT VOUS PLAIRE



Crêpes à l'orange sanguine

[EN SAVOIR PLUS](#)



Bûche framboise chocolat blanc et pistache

[EN SAVOIR PLUS](#)



Génoise au cacao

[EN SAVOIR PLUS](#)



Crêpes à mille trous (baghrir)

[EN SAVOIR PLUS](#)

[VOIR TOUTES LES RECETTES](#)

7000043416-09/2023