

FLAMICHE PICARDE (TARTE AUX POIREAUX)

Octobre 2004 (Actualisé en janvier 2018)

Ingrédients (6 personnes) :

- ★ 1 rouleau de pâte brisée pur beurre
- ★ 800 g de poireaux
- ★ 125 g d'emmental râpé
- ★ 40 g de beurre
- ★ 40 g de farine fluide
- ★ 50 cl de lait demi-écrémé
- ★ 1 cuillère à soupe de crème fraîche épaisse
- ★ 2 pincées de noix de muscade moulue
- ★ 1 cuillère à café de gros sel gris de Guérande
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Moule à tarte, 2 casseroles, Égouttoir, Fouet

Préparation : 15 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 60 mn

Difficulté : Assez facile

Coût (indicatif) : 3,80 € (Soit 0,63 € par personne)



Recette :

Laver et parer les poireaux (Éliminer les racines et les feuilles abimées ou trop dures); ne conserver que le blanc et la partie vert tendre. Les couper en tronçons de 2 cm de long et en 2 dans le sens de la longueur; les faire cuire 8 minutes dans une grande casserole d'eau bouillante additionnée du gros sel. Les égoutter et les réserver.

Préparer une béchamel : faire fondre le beurre à feu doux dans une casserole, ajouter la farine et mélanger jusqu'à obtention d'une pâte lisse; ajouter le lait froid, porter à ébullition à feu moyen sans cesser de tourner jusqu'à ce que le mélange épaississe. Saler, poivrer, ajouter la muscade moulue et cuire 20 minutes à feu doux en remuant de temps en temps. Enrichir de crème fraîche et de 80 g d'emmental râpé, poursuivre la cuisson 5 minutes. Préchauffer le four sur thermostat 7/8 (230°C) durant 10 minutes. Sortir la pâte du réfrigérateur 5 minutes avant son utilisation.

Foncer le moule avec la pâte, rabattre les bords et piquer le fond avec une fourchette; garnir avec les poireaux, napper de béchamel et saupoudrer avec le reste de fromage; enfourner pour 35 minutes. Servir bien chaud.

Boisson :

Un Côtes du Rhône blanc servi à 10°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.