

# TARTE AUX BLETTES

Novembre 2020

## Ingrédients (6 personnes) :

- ★ 1 rouleau de pâte feuilletée pur beurre
- ★ 1 kg de blettes
- ★ 3 oignons blancs frais avec leur tige
- ★ 40 g de beurre
- ★ 80 g d'emmental râpé
- ★ 3 œufs
- ★ 20 cl de crème fraîche liquide
- ★ 1 citron jaune
- ★ 50 g de pignons de pin
- ★ 2 pincées d'origan
- ★ 1 cuillère à café de sucre en poudre
- ★ 1 demi-cuillère à café de gros sel de Guérande
- ★ Sel fin, poivre moulu

Ustensiles : Bol, Casserole, Égouttoir, Moule à tarte, Jatte, Fouet

Préparation : 15 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 53 mn

Difficulté : Assez facile

Coût (indicatif) : 9,65 € (soit 1,61 € par personne)



## Recette :

Mettre à chauffer une grosse casserole d'eau avec du gros sel. Couper le citron en deux, extraire le jus d'une moitié dans un bol. A l'aide d'un couteau, séparer les feuilles vertes des côtes blanches de blette. Réserver ces dernières pour une autre recette (gratin de blettes par exemple). Laver et hacher grossièrement le vert. Ajouter le jus de citron dans la casserole, verser les feuilles de blettes et laisser blanchir durant 5 minutes à petits bouillons. Les rafraîchir à l'eau très froide et les laisser égoutter.

Préchauffer le four sur thermostat 6 (180°C) durant 10 minutes. Parer les oignons et les émincer ainsi que leurs tiges vertes. Faire fondre le beurre dans une poêle, ajouter l'émincée d'oignons, saler, poivrer et laisser suer 8 mn à feu doux. Sortir la pâte du réfrigérateur 5 minutes avant son utilisation. Etaler la pâte dans le moule et rabattre éventuellement les bords. Piquer le fond avec une fourchette.

Dans une jatte, battre les œufs en omelette, incorporer la crème fraîche, l'emmental, les pignons, le sucre, saler, poivrer et ajouter le vert de blette bien égoutté (quitte à serrer les feuilles dans les mains pour éliminer un maximum d'eau) et les oignons. Bien homogénéiser. Garnir le fond de tarte avec ce mélange, parsemer d'origan et mettre à four chaud pour 40 minutes. Servir seul pour un repas frugal ou en accompagnement de viande.

## Boisson :

Un Saint-Pourçain blanc servi à 10°C ou un Bourgueil rouge servi à 15°C. (\*)

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