Tarte spirale carotte et courgette

11/03/2020 à 14h50

Par Laurence Benedetti

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 20 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 1 pâte brisée
- 5 carottes
- 4 courgettes
- 75g de chèvre frais type Petit Billy
- 1 œuf
- Huile d'olive
- Fleur de sel

Préparation :

- Préchauffez votre four à 180°C. Tapissez votre moule avec la pâte et retirez le surplus. Posez un cercle de papier cuisson sur la pâte et ajoutez des billes de céramique ou des haricots secs. Enfournez pour 8 minutes, retirez les billes ou les haricots et prolongez la cuisson de 4 à 5 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit blonde. Cela permet aux légumes de ne pas détremper la pâte.
- Lavez les courgettes puis prélevez des lanières avec un rasoir à légumes. Dès que vous arrivez au niveau des graines, tournez la courgette d'un quart de tour. Faites cuire les lanières de courgette à la vapeur, pendant 1 minute.
- Pelez puis lavez les carottes. Prélevez des lanières, à l'aide de votre rasoir à légumes. Faites cuire les lanières de carottes à la vapeur, pendant 1 minute.
- Dans un bol, mélangez le fromage de chèvre frais avec l'œuf. Salez.
- Étalez le mélange au fromage sur le fond de tarte cuit à blanc.
- Commencez par l'extérieur et faite un tour avec des lanières de courgettes, disposées perpendiculairement au fond de tarte.
- Faites un second tour avec les lanières de carottes.
- Ajoutez les lanières de légumes en alternant courgettes et carottes, jusqu'à arriver au centre de la tarte.
- Badigeonnez la tarte avec de l'huile d'olive, en vous servant d'un pinceau.
- Enfournez pour 15 à 20 minutes, jusqu'à ce que la tarte soit dorée.
- C'est prêt ! En plus d'être jolie, cette tarte est très agréable. Vous pouvez alterner du jambon cru entre les légumes.