



Une tarte aux épinards et aux pleurotes en version "rouf-rouf" maison.

7. Mouillez les bords du fond inférieur. Déposez le deuxième cercle de pâte sur le tout. Appuyez fermement du bout des doigts pour souder.
8. Faites cuire au four pendant 30 minutes.
9. Sortez la tarte tiède du four, placez-la sur une grille.

Une salade frisée accompagnera en contraste cette tarte assez dense.

VARIANTES DE TARTES AUX LÉGUMES

À ce stade du livre, vous avez expérimenté quelques variantes basiques de tarte. Vous êtes prêt à chercher l'inspiration ailleurs, comme chez le merveilleux Jamie Oliver.

Vous pourrez alors improviser avec un "fond de frigo". Vous repérerez les associations savoureuses et réussies dans les croustillants ou crumbles de légumes, les terrines, les flans, les bruschettas, les tartines printanières. Vous les adapterez aux garnitures de tartes.

Par exemple, pour une tarte aux épinards en mode moins légumier que celui de la recette précédente, ajoutez un œuf qui cuira sur les épinards, comme sur la photo ci-contre; ou des dés de fêta; ou un peu de saumon fumé; ou des restes de saumon du repas de midi...



TARTE AUX CAROTTES RÂPÉES, PARFUM DE CUMIN

1. Préchauffez le four à 200°C. Abaissez la **pâte** au rouleau (p. 84). Foncez le moule (p. 84).
2. Pressez la gousse d'**ail** pelée. Râpez les **carottes** à la grille moyenne et le **parmesan** à la grille fine.
3. Faites cuire les carottes à la vapeur douce pendant 10 minutes.
4. Égouttez les carottes en pressant fort à l'aide d'une cuiller ou d'une écumoire.
5. **APPAREIL.** Battez la ricotta avec les œufs, le cumin, la gousse d'ail pressée, les carottes et le parmesan. Poivrez, salez.
6. Couvrez le fond de pâte de ce mélange.
7. **CUISON.** Faites cuire pendant 30 minutes.
8. Démoulez lorsque la tarte est tiède. Conservez sur une grille.

INGRÉDIENTS

- 1 boule de pâte fausse-feuilletée maison (p. 86) ou de pâte feuilletée achetée
- 400 g de ricotta (si elle est difficile à trouver en bio, utilisez du fromage frais qu'il faudra bien égoutter)
- 2 œufs
- 30 g de parmesan
- 1 gousse d'ail
- 1 cuill. s. de cumin en poudre
- 400 g de carottes

TIMING

prépa : 10 minutes; cuisson : 30 minutes

MATÉRIEL

moule, cuit-vapeur, râpe*