

Tarte aux courgettes, oignons et herbes de Provence

Écrit par Hélène

Mardi, 26 Juillet 2011 15:10 - Mis à jour Mardi, 26 Juillet 2011 15:13



Ingrédients :

Pour la pâte à tarte :

- 150 g de farine non tamisée
- 1 à 2 cs d'herbes de Provence
- 75 g de beurre coupé en petits morceaux
- 2 cs d'huile de tournesol
- 1 petite cc de sel
- ¼ de verre d'eau

Pour la garniture :

- 2 oignons
- 2 à 3 courgettes
- 1 cs d'huile d'olive
- 1 cs de curcuma
- 1 cs d'herbes de Provence
- 1 œuf
- 20 cl de crème de soja
- Une poignée de gruyère râpé
- Sel, poivre

Préparation :

Pour la pâte à tarte :

- Mélangez tous les ingrédients, pétrissez à la main et formez une boule de pâte.
- Laissez refroidir quelques heures au réfrigérateur.

Tarte aux courgettes, oignons et herbes de Provence

Écrit par Hélène

Mardi, 26 Juillet 2011 15:10 - Mis à jour Mardi, 26 Juillet 2011 15:13

La garniture :

- Préchauffez le four à 220°C
- Râpez les oignons au robot électrique.
- Faites les revenir dans l'huile d'olive.
- Pendant ce temps, râpez les courgettes après les avoir lavées.
- Incorporez aux oignons râpés.
- Salez, poivrez, ajoutez le curcuma et les herbes de Provence.

- Dans un bol, mélangez l'œuf et la crème de soja. Salez, poivrez.
- Etalez la pâte à tarte sur un peu de farine. Déposez dans un moule à tarte préalablement beurré.
- Percez la pâte avec les dents d'une fourchette. Déposez le mélange courgettes/oignons.
- Recouvrir de l'appareil œuf/ crème, puis saupoudrez de gruyère râpé.
- Cuire au moins 20 minutes dans le four préchauffé à 220°C.