

Tarte serpent in aux légumes

Ingrédients / pour 4 personnes :

- Pâte brisée
- 1 Courgette verte
- 1 Courgette jaune
- 1 Carotte
- 1 Poivron rouge
- 1 Aubergine
- 20cl Crème d'avoine Bonneterre
- 2 Oeufs
- 30g Gruyère
- Sel
- Poivre



Préparation :

Lavez les légumes et taillez-les en lamelles à l'aide d'une mandoline ou d'un économe.

Faites bouillir un grand volume d'eau salée dans une casserole et préparez un saladier d'eau très froide. Plongez les lamelles de légumes dans l'eau bouillante pendant une quinzaine de secondes. Egouttez les légumes puis disposez-les dans le saladier d'eau froide afin d'arrêter la cuisson et de conserver les couleurs des légumes.

Egouttez et séchez les légumes pour éviter qu'ils ne rendent de l'eau lors de la cuisson au four.

Dans un saladier, fouettez les œufs, le gruyère et la crème d'avoine Bonneterre jusqu'à l'obtention d'un appareil homogène.

Préchauffez le four à 180°C (th.6).

Abaissez la pâte brisée dans le moule à tarte. Piquez le fond à l'aide d'une fourchette puis faites précuire pendant 10 minutes environ.

Disposez les lamelles de légumes de façon à former des cercles dans le moule en les alternant pour jouer sur les couleurs. Le fond de tarte doit être entièrement rempli. Versez l'appareil à quiche sur la pâte brisée, puis enfournez pour 25 minutes environ.

Poivrons farcis

Ingrédients / pour 4 personnes :

- 4 poivrons
- 600 g de viande (2/3 veau et 1/3 porc)
- 1 oignon haché
- 2 gousses d'ail
- 1 cuiller à café de feuilles de menthe hachées
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre
- 1 tranche de pain de mie trempée dans du lait
- 1/2 cuiller à café de cumin



Préparation :

Essorez le pain de mie et hachez le avec la viande, l'oignon, les gousses d'ail, la menthe. Salez, poivrez et ajoutez le cumin. Mélangez. Préchauffez le four à 180°C.

Coupez un chapeau dans le haut du poivron, ôtez les côtes blanches et nettoyez les poivrons.

Dans un plat allant au four, mettez une cuiller à soupe d'huile d'olive et une cuiller à soupe d'eau.

Déposez les poivrons dans le plat et remplissez-les avec la farce. Remettez les chapeaux. Faites cuire 45 minutes à 1 heure. Tout dépend de la taille de vos poivrons.

Pour une version moins orientale, remplacez la menthe par du persil et supprimez le cumin.