RECETTE RESTAURATION

Tarte au Sainte-Maure-de-Touraine AOP, épinard et touche de miel

Je vous propose une recette de tarte printanière savoureuse, avec son bon fromage de chèvre chaud, accompagnée d'une petite salade et sa vinaigrette légèrement sucrée au miel. Idéale pour les pique-niques ou apéros entre amis !

INGRÉDIENTS (PÂTE BRISÉE)

- Farine de blé
- Beurre local
- Eau
- Sel

INGRÉDIENTS (APPAREIL)

- 1 bûche de Sainte-Maure-de-Touraine AOP
- 250g d'épinard frais de saison (printemps)
- 3 œufs
- 20cl de crème liquide
- Miel de Touraine
- Sel, poivre

ÉTAPES DE LA RECETTE

Préchauffez votre four à 190°.

Préparez votre pâte brisée ou l'acheter toute prête.

Étalez votre pâte dans un moule à tarte.

C'EST SA RECETTE

AURORE POVEDA
Conseillère en séjour et reportrice à l'Office de Tourisme Azay-Chinon Val de Loire
Baroudeuse locale et gourmande, j'aime rencontrer les producteurs et valoriser le terroir. Je cuisine tout maison, avec leurs bons produits.

NIVEAU

Facile

SAISON

Printemps

Lavez les épinards et équeutez-les. Faites les chauffer doucement dans un peu d’huile pour que les feuilles rendent l’eau. Égouttez et hachez-les grossièrement au couteau.

Dans un bol, mélangez les œufs, la crème liquide, le sel et de poivre.

Coupez la bûche de Sainte Maure-de-Touraine en tranches.

Versez les épinards sur la pâte, puis la préparation sur les épinards. Déposez les tranches de fromage de chèvre et ajoutez une touche de miel sur chacune.

Mettez votre tarte à cuire 30 minutes au four, à 190°. Servez tiède ou froid.

DURÉE

20 min de préparation

DURÉE

30 minutes de cuisson

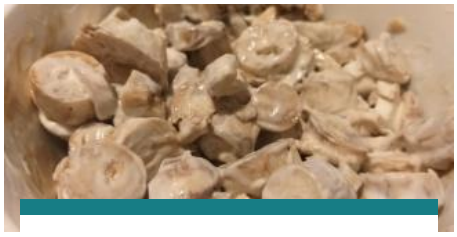
PRODUIT LOCAL

Le Sainte-Maure-de-Touraine est un fromage de chèvre typique de la région, avec sa forme tronconique originale et sa paille de céréale pyrogravée à l’intérieur. Frais, demi-sec ou sec, j’apprécie sa douceur et sa couleur blanche pure, cachée sous une robe finement cendrée.

Retrouvez-le en direct chez les producteurs de la zone AOP, sur les marchés locaux, chez votre fromager ou magasins de producteurs.

Sans oublier un délicieux miel local et biologique. Personnellement, je privilégie les Abeilles de Papae à Lémeré.

Les autres recettes



Champignons à la montsorellienne

RECETTE RESTAURATION

Découvrez ma recette « minute », extrêmement simple et ultra-rapide ! Mais délicieusement bonne qui sait plaire à toute la famille.

Lire la suite +

Observation des oiseaux des Monteaux

SORTIE ANIMAUX

Vivy

Ligue pour la protection des oiseaux Anjou

Accompagné d'un guide spécialisé, partez à la découverte des différentes espèces d'oiseaux qui se succèdent au cours de l'année sur la réserve...

Lire la suite +

Un panier, comment ça pousse ?

SAVOIR-FAIRE RANDONNÉE

Villaines-les-Rochers

Plume & brin d'osier

Découvrez la face cachée d'un panier en suivant le cheminement d'un brin d'osier de sa culture à sa transformation. Visite d'une oseraie, rencontre en...

Lire la suite +