



JEUDIFLEXI

PASCUALINA

TOURTE TRADITIONNELLE URUGUAYENNE

C'est pas d' la **tourte** !

- 1 kg d'épinard et/ou vert de blette (ou moitié-moitié) • 1 petit poivron rouge • 1 oignon • 1 brique de crème végétale • 1 cs de farine ou fécule de maïs • 2 fonds de tarte (pâte brisée ou feuilletée, éviter celles avec de l'huile de palme)
- Muscade, sel, poivre • *Optionnel : 4 oeufs*

1 Mettre un des fonds de tarte dans un plat huilé et précuire quelques minutes.

2 Couper l'oignon et le poivron en petits morceaux, et hacher grossièrement les feuilles vertes. Faire revenir l'oignon, quand il devient transparent ajouter le poivron, puis les feuilles vertes. À mi-cuisson ajouter le sel, poivre et muscade. Bien mélanger la crème et la farine (ou fécule) dans un bol, puis verser dans la poêle. Faire un peu sécher tout en gardant le mélange moelleux. Une fois la préparation refroidie, garnir la pâte.

Option végétarienne : creuser 4 puits dans le mélange et y verser délicatement les oeufs crus.

3 Refermer avec le 2ème fond de tarte, ouvrir un petit cratère au milieu et décorer la pâte pour un rendu plus joli.

4 Mettre au four à 180° jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée, environ 15-20mn.

Servir chaud, tiède ou froid le lendemain, assorti d'une belle salade verte / tomate.



Recette veggy concoctée par notre chef Valérie

CITOYENS
POUR LE **CL!MAT**