

Entrées froides aux légumes

Tarte au vieux parmesan, fondue d'oignons, artichauts violets, jambon ibérique bellota


3h40

TEMPS TOTAL

1h

PRÉPARATION

2h40

CUISSON

0

REPOS

230

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le sablé au parmesan

40 g **Parmesan**
40 g **Farine**
40 **Beurre**
1 **Piment d'Espelette**

Ingrédients pour la fondue d'oignons

120 g **Oignon(s)**
1 **Sel**
1 g **Poivre**

Ingrédients pour les artichauts

4 **Artichaut**
1 **Gousse(s) d'ail**
1 **Thym**

Ingrédients pour le

Étape 1

Préparation des sablés au parmesan

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Verser le parmesan, la farine, le beurre et le piment d'espelette dans un saladier. Travailler la pâte avec les doigts.
- 3 Etaler la pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie et découper quatre cercles d'environ 7 cm de diamètre à l'aide d'un emporte-pièce.
- 4 Tapisser une plaque de four de papier sulfurisé et y déposer les sablés.
- 5 Enfourner pendant 20 minutes.

Étape 2

Préparation de la fondue d'oignons

- 1 Porter de l'eau à ébullition dans une casserole.
 - 2 Peler et émincer les oignons à l'aide d'un couteau éminceur.
- Une fois que l'eau bout, ajouter les oignons émincés.

- 3 Assaisonner de sel et de poivre et laisser compoter sur feu doux pendant 2h.

dressage

1 **Fleur(s) alimentaire(s)**
1 **Parmesan**
1 **Salade(s)**

Étape 3

Préparation des artichauts

- 1 Tourner les artichauts à l'aide d'un couteau d'office et les plonger dans une grande casserole d'eau.
- 2 Ajouter l'ail, le thym et l'huile d'olive puis porter le tout à ébullition pendant 15 minutes.
- 3 Une fois cuits, sortir les artichauts à l'aide d'une écumoire et les égoutter. Les réserver ensuite sur une assiette tapissée de papier absorbant.
- 4 Tailler les artichauts en 4 à l'aide d'un couteau d'office et réserver.

Étape 4

Finitions

- 1 Porter de l'eau à ébullition dans une casserole et y plonger la tomate juste quelques secondes.
- 2 Une fois que la peau se détache, sortir la tomate à l'aide d'une écumoire et l'égoutter.
- 3 Eplucher la tomate et la couper en quatre à l'aide d'un couteau éminceur.

Étape 5

Dressage

- 1 Débarrasser le sablé au parmesan sur une assiette. Y disposer la compotée d'oignons sur le dessus.
- 2 Rajouter le quartier d'artichauts, le jambon ibérique de Bellota et la tomate.
- 3 Parsemer de copeaux de parmesan, de bourrache et de pousses de salade avant de déguster. Servir aussitôt.