

Entrées froides aux légumes

Tarte au parmesan, légumes croquants et olives de lucques


25 min 15 min 10 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

248

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la tarte

50 g **Parmesan**
 50 g **Farine**
 50 g **Beurre**
 50 g **Olives vertes**
 1 **Betterave jaune**
 1 **Betterave rouge crue**
 1 **Betterave(s) chioggia**
 1 **Oignon(s) nouveau(x)**
 25 g **Radis**
 2 c. à café **Piment d'Espelette**
 4 c. à soupe **Crème d'artichaut**
 1 **Roquette**
 1 **Fleur(s) alimentaire(s)**
 1 **Huile d'olive**
 1 **Sel**

Étape 1

Préparation de la pâte à tarte

- 1 Préchauffer le four à 190°C (Th.6/7).
- 2 Mélanger la farine, le parmesan et le beurre dans un saladier.
- 3 Mélanger à l'aide d'une maryse.
- 4 Pétrir la pâte avec les mains de façon à bien mélanger tous les ingrédients.
- 5 Arrêter de pétrir lorsque la pâte est bien lisse et souple.
- 6 Assaisonner la pâte avec la moitié du piment d'Espelette puis pétrir une dernière fois la pâte afin de bien y incorporer l'épice.
- 7 Disposer des emportes pièces sur une plaque de cuisson allant au four.
- 8 Couper un morceau de papier sulfurisé et le placer entre la plaque et les emportes pièces.
- 9 Foncer un morceau de pâte dans chaque emporte pièce de façon à obtenir une épaisseur de 1 centimètre.
- 10 Enfourner les fonds de tarte pendant 15 minutes.

Étape 2

Préparation des légumes croquants

- 1 Tailler la betterave jaune crue en bandes d'environ 2 millimètres à l'aide d'une mandoline.
- 2 Retirer les fonds de tarte cuits du four. Réserver.
- 3 Tailler les bandes de betterave jaune en triangle à l'aide d'un couteau éminceur.
- 4 Réaliser la même opération avec la betterave chiogga crue.
- 5 A l'aide du couteau éminceur, tailler les tranches de betteraves chiogga d'une forme différente de celles des betteraves jaunes.
- 6 Tailler des tranches de betterave rouge crue à la mandoline.
- 7 Tailler la betterave rouge en demie-lune à l'aide du couteau éminceur.
- 8 A l'aide du couteau éminceur, tailler la tige de l'oignon nouveau en biseau.
- 9 Ôter la pointe du radis puis, à l'aide du couteau minceur, le tailler en tranches d'environ 2 mm.
- 10 Tailler les olives de Lucques de façon à ôter le noyau.
- 11 Râper des copeaux de parmesan à l'aide d'un économe.
- 12 Mettre tous les ingrédients dans un saladier.
- 13 Assaisonner d'huile d'olive, de fleur de sel et mettre le reste du piment d'Espelette. Mélanger avec les doigts.
- 14 Ajouter la roquette et mélanger nouveau.

Étape 3

Dressage

- 1 Choisir une assiette plate pour le dressage.
- 2 Disposer le fond de tarte au parmesan sur l'assiette.
- 3 A l'aide d'une cuillère à café, badigeonner la tarte avec la crème d'artichaut.
- 4 Dresser le mélange de légumes croquants sur le fond de tarte.
- 5 Finir le dressage en mettant en valeur chacun des ingrédients de la salade.