



TARTE AUX COURGETTES ET FETA



Ingrédients

1 pâte feuilletée ou brisée de 280 gr
1 kg de courgettes
200 gr de Feta
2 tomates (facultatif)
40 gr de parmesan
3 oeufs
5 cuillerées à soupe de crème fraîche
herbes de provence
origan
curry Balti
piment doux
sel/poivre

Préparation

Pour 6 personnes
Temps de préparation 40 minutes
Temps de cuisson environ 40 minutes

Préchauffez le four à 190°C chaleur tournante.
Lavez les courgettes, puis coupez-les en rondelles.
Faites cuire les courgettes dans une sauteuse avec un peu d'huile d'olive ou de beurre.

Mondez et épépinez les tomates et ajoutez-les aux courgettes, ajoutez les herbes de provence, origan, curry, piment doux, salez et poivrez tout cela avec parcimonie selon votre goût.

Les courgettes doivent être bien fondantes, mais également selon votre goût.

Bien égouttez les courgettes dans un saladier garni de papier essuie-tout.

Dans un saladier, mélangez les oeufs, la crème fraîche et éventuellement un peu de lait, ajoutez la Feta émiétée, salez et poivrez.

Déroulez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre, piquez le fond avec une fourchette.

Ajoutez les courgettes, et versez la préparation.

Enfournez pour environ 40 minutes.

Dégustez chaud.

Commentaires de Mamie Vera

Délicieuse tarte salée, parfumée aux épices et à la Feta.

Légère et gourmande à la fois qui sent bon l'été.

Parfaite pour un soir accompagné d'une salade verte.

La Feta, fromage à pâte molle s'incorpore parfaitement dans les cakes, les tartes salées et entrées chaudes.

Fabriqué à partir de lait de brebis ou de chèvre d'origine grecque au délicieux petit goût légèrement piquant.

Vous pouvez remplacer la Feta par du chèvre frais, ou demi-sec dont vous aurez ôté la croûte.

Cuisson des courgettes

Ajouter un commentaire



←	1	...	12	13	14	15	16	→
---	---	-----	----	----	----	----	----	---

Mentions légales

