

TARTES

FRAÎCHEUR

Les petits fruits sont à l'honneur actuellement. Pourquoi ne pas profiter de l'occasion pour concocter des tartes pleines de saveur? Un dessert estival pour célébrer le début du mois d'août.

TARTE AUX BLEUETS SUR CROÛTE CRAQUANTE AUX AMANDES

DE 6 À 8 PORTIONS

USTENSILE

Plaque à biscuits

INGRÉDIENTS

Fond d'amandes et de flocons d'avoine

150 g (1 tasse) d'amandes entières

100 g (1 tasse) de flocons d'avoine

1 ml (1/4 c. à thé) de sel marin

30 ml (2 c. à soupe) d'huile de canola

60 ml (1/4 tasse) d'eau

60 ml (1/4 tasse) de sirop d'érable

Garniture

30 ml (2 c. à soupe) de confiture de bleuets

320 g (2 tasses) de bleuets frais

PRÉPARATION

Fond d'amandes et de flocons d'avoine

❖ Préchauffer le four à 150 °C (300 °F).

❖ Broyer les amandes au robot jusqu'à ce qu'elles soient de la grosseur des flocons d'avoine.

❖ Dans un bol, mélanger les flocons d'avoine avec les amandes et le sel.

❖ Dans un autre bol, battre à la fourchette l'huile, l'eau et le sirop d'érable, puis incorporer le tout aux ingrédients secs.

❖ Laisser reposer 10 minutes afin que les flocons d'avoine s'imbibent de liquide et qu'il soit possible d'en faire une boule avec les mains.

- ❖ Tapisser la plaque à biscuits de papier sulfurisé, puis y étendre la pâte avec les doigts pour former un cercle d'environ 20 cm (8 po) de diamètre.
- ❖ Faire cuire le fond au centre du four de 30 à 40 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit doré. Laisser refroidir à la température ambiante.

Garniture

- ❖ Faire chauffer la confiture, puis la mélanger avec les bleuets.
- ❖ À la dernière minute, juste avant de servir, répartir la garniture de bleuets sur la croûte.

SUGGESTION: Pour ajouter au délice, accompagner la tarte de yogourt glacé ou de sorbet.



PHOTOS: TIÈRES DU LIVRE TARTES PARU AUX ÉDITIONS DE L'HOMME