

TARTE CAROTTE/MOUTARDE ET PARMESAN



Pour la pâte :

- 180 g de farine blanche
- 60 g de farine complète
- 100 g de fromage blanc
- 8 g d'huile d'olive
- 4 g de levure chimique
- 40 g d'eau tiède
- Sel, poivre
- Basilic

Pour la préparation :

- 4 œufs
- 3 carottes
- 2 oignons
- 10 olives vertes dénoyautées
- 10 cl de crème liquide
- 3 c à soupe de parmesan
- Persil surgelé
- 2 grosses c à soupe de moutarde en grains
- 1 pincée de cumin
- Huile d'olive
- Sel, poivre

Dans un saladier, mélangez les farines, la levure, le sel et le poivre. Ajoutez l'huile d'olive, le fromage blanc et le basilic. Mélangez le tout, en versant progressivement l'eau tiède puis formez une boule. Travaillez la pâte le moins possible. Celle-ci est un peu collante, c'est normal. Mettez la au frais le temps de faire la préparation afin de la raffermir.

Pelez les carottes et les oignons. Émincez finement les oignons. Râpez les carottes. Dans une poêle, faites revenir les carottes et les oignons avec un filet d'huile d'olive pendant quelques minutes. Salez, poivrez.

Émincez les olives en rondelles.

Dans un bol, cassez les œufs entiers. Ajoutez le cumin, la moutarde, le parmesan, et la crème liquide. Ajoutez le persil et les olives. Remuez le tout à l'aide d'une fourchette.

Étaler la pâte avec un rouleau à pâtisserie sur un plan de travail fariné pour lui donner l'épaisseur souhaitée. Mettez une feuille de papier sulfurisé dans un moule à tarte et glissez-y votre pâte. Faites pré-cuire pendant 10 minutes à 180°C.

Mettez y ensuite les carottes et les oignons sur la pâte précuite et versez-y dessus la préparation. Enfournez à feu moyen pendant 20 minutes.