

TARTE AUX COURGETTES

et au roquefort



👤 4 🥄 15 min 🕒 20 min 🏠 50 min

Pâte : 125 g de farine • 60 g de beurre ou de margarine • sel

*Garniture : 800 g de courgettes • 150 g de roquefort • 2 œufs • 25 cl de lait écrémé ou demi-écrémé
• muscade, origan • poivre, sel*

- ① Mélangez la farine, une pincée de sel et la matière grasse, puis ajoutez 2 cuillerées à soupe d'eau pour former le pâton. Laissez reposer 15 à 20 minutes avant de l'étaler.
- ② Coupez les courgettes en rondelles et faites-les cuire à l'étouffée pendant 10 minutes.
- ③ Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Disposez la pâte sur un moule à tarte à revêtement antiadhésif de 24 cm de diamètre, émiettez le roquefort sur le fond de tarte, répartissez les courgettes cuites dessus.
- ④ Battez les œufs en omelette, ajoutez le lait, de l'origan, un peu de sel, du poivre et de la muscade.
- ⑤ Faites cuire 35 à 40 minutes.

Notre suggestion : accompagnez cette tarte d'une salade de laitue et de tomates. Vous pouvez aussi utiliser du lait de soja à la place du lait de vache.