

TARTE TATIN FENOUIL, CAROTTE (ET ORANGE!)



20' PRÉPARATION
35' CUISSON

NIVEAU FACILE

INGRÉDIENTS

- 1 PÂTE BRISÉE
- 1KG DE CAROTTES
- 2 BULBES DE FENOUIL
- 1 OU 2 OIGNONS
- 1 ORANGE
- 2 CUILLÈRE À SOUPE D'HUILE DE TOURNESOL
- SEL
- POIVRE



- 1** PRÉCHAUFFER LE FOUR À 200°C (THERMOSTAT 6/7).
- 2** EPLUCHER, ÉMINCER ET FAIRE REVENIR LES OIGNONS DANS UNE POÊLE/UN WOK AVEC UN PEU D'HUILE DE TOURNESOL.
- 3** EPLUCHER LES CAROTTES, LES COUPER TRÈS FINEMENT EN RONDELLES. LAYER ET COUPER LE FENOUIL, TRÈS FINEMENT AUSSI.
- 4** DANS LA POÊLE/LE WOK, FAIRE REVENIR LES LÉGUMES AVEC LES OIGNONS LÉGÈREMENT DORÉS, AJOUTER UN PEU D'HUILE SI BESOIN. PUIS AJOUTER LE JUS ET LES ZESTES DE L'ORANGE. LAISSER MITOTER PENDANT UNE VINGTAINNE DE MINUTES.
- 5** SALER, POIVRER PUIS DÉPOSER LA PRÉPARATION DANS UN PLAT À TARTE.
- 6** RECOUVRIR LA PRÉPARATION D'UNE PÂTE BRISÉE (POSSIBILITÉ DE LA FAIRE SOI-MÊME EN AJOUTANT DU CURCUMA POUR LA « PARFUMER »).
- 7** METTRE LE PLAT DANS LE FOUR PENDANT 35 À 40 MINUTES.
- 8** C'EST PRÊT !

LE PETIT PLUS : LA TARTE PEUT ÊTRE ACCOMPAGNÉE D'UNE SALADE VERTE.

