



LA BELLE VIE

Tous les ingrédients pour passer
derrière les fourneaux

Tarte fine courgettes, ail & fines herbes

Pour 6 personnes | Très facile
 50 min | **0.80€** La portion (prix indicatif)



Le croustillant de la pâte feuilletée associé aux courgettes en mode ail et fines herbes.

Les ingrédients

- **1 pièce** de Pâte feuilletée spécial kit
- **2 pièce** de Courgette
- **50 g** de Fromage frais ail et fines herbes type Boursin, Tartare

Étapes de préparation



Préparation : 15 min



Cuisson : 35 min



Attente : 0 min

- 1** Si vous avez choisi un pâton de pâte feuilletée :
Farinez légèrement le plan de travail. Farinez également le morceau de pâte. Placez-le sur la surface farinée et étalez peu à peu en cercle de 27 cm de diamètre sur 5 mm d'épaisseur.
Retournez fréquemment la pâte (recto-verso) et tournez-la aussi de temps en temps. Cela permet d'obtenir une épaisseur homogène et la forme plus facilement.
Rajoutez de temps en temps de la farine sur le plan de travail et sur la pâte si elle commence à coller. Faites reposer la pâte au frais 30 minutes
- 2** Pendant ce temps, préparez la poêlée de courgettes. Lavez 2 courgettes. Enlevez les pédoncules sans les éplucher. Coupez les courgettes en deux dans la longueur puis en rondelles d'environ 5 mm d'épaisseur : plus c'est fin, plus c'est rapide à cuire.

- 3 Chauffez de l'huile d'olive dans une poêle large. Ajoutez les courgettes. Salez.
Faites cuire à feu doux 10 à 15 minutes (le temps varie selon l'épaisseur des tranches et de la poêle), en remuant de temps en temps.
Mettez de côté quand les courgettes sont cuites, sans les faire dorer.
- 4 Préchauffez votre four à 180°C en chaleur tournante (ou à défaut 200°C en chaleur traditionnelle).
Astuce : placez une plaque au milieu du four pour la faire préchauffer aussi. Vous y ferez glisser la tarte pour la cuire, c'est encore mieux bien snacker le dessous.
- 5 Placez la pâte sur une plaque. Piquez-la avec une fourchette.
Étalez 2 càs de fromage dessus en laissant un bord d'1,5 cm. Répartissez dessus la poêlée de courgettes.
Enfournez une vingtaine de minutes jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée et gonflée.
Laissez refroidir quelques minutes sur une grille.
- 6 Servez avec une salade verte, du mesclun assaisonnée d'une bonne huile de noix ! Se mange aussi froid ou tiède.