ma cuisine santé

Tarte aux myrtilles

23/01/2018 à 11h25

Par Laurence Benedetti

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 50 min

Pour 6 personne(s)

Ingrédients :

Pour la pâte sablée

- 1 œuf
- 60g de sucre glace
- 200g de farine
- 1 pincée de sel
- 80g de beurre
- 25g de poudre d'amande

Pour la tarte :

- 600g de myrtilles
- 25g de maïzena
- 100g de sucre
- 1/4c à café de sel
- 1/2c à café de cannelle

Préparation :

Préparation de la pâte sablée :

- Mélanger la farine, le sel, la poudre d'amande, et le sucre glace.
- Incorporer le beurre coupé en toutes petites parcelles et "sabler" la pâte du bout des doigts.
- Le sablage terminé, former un puits puis ajouter l'œuf et travailler la pâte rapidement sur le plan de travail avec la paume d pour obtenir une pâte bien homogène.
- Laisser reposer la pâte 1h au frais enveloppée de film alimentaire.
- Fariner le plan de travail et aplatir la pâte au rouleau à pâtisserie.
- Couvrir d'un papier sulfurisé et de haricots pour faire le poids et cuire à blanc (sans garniture) pendant 25/30 minutes dans préchauffé à 160°.
- Ensuite laisser refroidir avant de garnir vos fonds de tarte.

La tarte :

- Préparer 1 heure avant la pâte brisée maison. Préchauffer le four à 180°c.
- Etaler la pâte dans le fond du moule, puis planter légèrement la pâte à l'aide d'une fourchette.
- Garder les chutes et le reste de pâte brisée pour faire les bandes.
- Rincer les myrtilles et les laisser bien sécher dans un égouttoir.
- Dans un bol mélanger la maïzena, le sucre, le sel et la cannelle.
- Ajouter à ce mélange les myrtilles et mélanger délicatement l'ensemble.
- Verser le mélange sur la pâte de façon homogène.
- Avec le reste de pâte découper des bandes régulières (pas trop fines).
- Placer les sur le dessus de la tarte comme un tressage.
- Enfourner pendant 50 minutes, puis laisser refroidir avant de servir.
- Vous pouvez accompagner la tarte aux myrtilles avec une boule de glace vanille.