Tarte Poireau Saumon et Epinards
Salade verte vinaigrette citron

Type de recette :
Tarte chaude

Ingrédients : pour un élève	Matériel :
Pâte brisée : Farine : 100g Beurre salé : 50g Eau : environ ½ dL (env. 50ml) Sel de Guérande : une pincée Poireau : 200 g (400g pour 2-3pers.) Huile d'olive : une cuillère à soupe Eau : selon cuisson Crème fraiche : 20 ml Curcuma : un peu Epinards : 40 – 60 g (125g pour 2 ou 3 pers) Beurre : une noisette Saumon : 50 à 70 g Œuf : 1 Crème fraiche : 25 ml Sel, poivre… curry selon les envies Fromage râpé <u>Décoration de l'assiette</u> : Salade verte type mâche, Sauce vinaigrette au citron (jus de citron + huile d'olive + eau) Basilic, petite tomate	Gants Couteau, Fourchette, Cuillère Eplucheur Balance Bol Assiette de présentation -dressing Saladier Fouet Casserole Cuillère en bois Point de chauffe Passoire
Temps de préparation :	**Temps de cuisson :**
Pâte : 10 min + repos env. 20 min Garniture : 30-40 min Salade et déco : 10 min	Tarte : Four 25-30 min environ (180°C)
Techniques attendues :	**Difficultés :**
Laver, Eplucher, Emincer les poireaux Emincer un filet de saumon Réaliser une pâte brisée Réaliser une tarte (aspect, couleur des garnitures) Réaliser une sauce d'accompagnement Présenter une assiette (feuilles de basilic et petite tomate)	Peser des ingrédients Emincer des ingrédients (poireau, saumon) Faire une fondue de poireau Réaliser une pâte brisée Etaler une pâte dans un moule Réaliser une tarte (aspect, couleurs) Réaliser une vinaigrette au citron

Préparation 1 **Tarte au poireau et au saumon**	**Préparation 2** **Salade verte, vinaigrette citron**
1) La pâte brisée Dans un saladier, mettre la farine, le sel. Mélanger. Ajouter le beurre coupé en petits dés. Travailler du bout des doigts le mélange farine beurre en écrasant bien le beurre. Ajouter progressivement l'eau afin d'obtenir une pâte souple. Faire une boule et laisser reposer environ 20 minutes. 2) La garniture Laver et essuyer les poireaux. Rincer et essuyer les épinards et le saumon. Emincer le poireau. Verser un peu d'huile d'olive dans une casserole puis y faire fondre le poireau émincé. Thermostat 3-4. Mélanger avec une cuillère en bois pour éviter que le poireau ne brule. Ajouter un peu d'eau si besoin (1-2 fois) jusqu'à obtenir une fondue. En fin de cuisson, ajouter la crème, un peu de curcuma selon votre envie et bien mélanger. Saler et poivrer. Puis réserver. Emincer le saumon en lamelles de 3 mm à l'aide d'un couteau long. Citronner un peu. Poivrer et réserver. Dans une casserole, faire fondre les épinards (125g pour 2 ou 3 personnes) avec une noisette de beurre, puis réserver. (on peut y ajouter un peu d'ail selon vos goûts) Dans un petit bol, battre l'œuf et ajouter la crème fraiche. Saler et poivrer à votre convenance. On peut aussi mettre une pointe d'épice comme le curcuma, le curry, le paprika … Préchauffer le four à 180°C.	Laver, égoutter et essuyer la salade verte Réserver. Presser un citron. Dans un ramequin, verser du jus de citron et une cuillère à soupe d'huile. Y ajouter une cuillère à soupe d'eau. Mélanger pour obtenir une vinaigrette citron. Saler, poivrer. On peut y ajouter un peu d'aneth ou de basilic (frais ou non). Couper les tomates cerise en quartiers. Sur l'assiette, présenter la tarte, la salade verte et les quartiers de tomate. Ajouter la vinaigrette citron selon votre goût. Rectifier l'assaisonnement. Bon appétit.

3) La tarte

Lorsque la pâte est reposée, l'étaler à l'aide d'un rouleau en lui donnant la forme du moule.
Penser aux rebords.
Beurrer le moule puis déposer votre pâte brisée.
La piquer à l'aide d'une fourchette.

Verser la fondue de poireau et bien répartir à l'aide du dos d'une cuillère ou d'une fourchette.
Ajouter les lamelles de saumon.
Déposer ensuite les épinards.
Penser à l'aspect visuel de votre tarte.

Verser doucement le mélange œuf-crème (épice ou non) en répartissant bien sur toute la tarte.

Pour ceux qui veulent, on peut saupoudrer un peu de fromage râpé.

Enfourner à 180° pendant environ 25-30 minutes.

Bon appétit …