



vege<sup>o</sup>  
table

Recette #4 - Septembre

**Tarte fine à la tomate**





## Ingrédients pour la pâte à tarte :

TOTAL :  
4.95 CHF

Pour 4 personnes :

**250 g** farine bise  
**100 g** eau  
**75 g** huile olive  
**20 g** moutarde  
à l'ancienne

**25 g** miso  
**10 g** graines de chia  
**6 g** sel (fleur de sel)  
**1 pincée** de marjolaine

## Ingrédients pour garnir la pâte :

Quelques cuillères  
de moutarde à l'ancienne  
Un peu de tofu soyeux  
(optionnel)  
4 tomates selon le calibre  
Huile de lin (ou olive)

Herbe sèches types  
herbes de Provence  
ou origan

## Réalisation de la pâte :

Dans un saladier, mélanger tous les ingrédients secs ensemble.

Ajouter le miso et la moutarde.

Ajouter l'huile d'olive au fur et à mesure et mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.

Légèrement fariner votre pâte afin qu'elle ne colle plus au saladier.

Débarrasser la pâte, filmer là et déposer là au frigo.

## Montage de la tarte :

Pendant que votre pâte est au frais, mélanger quelques cuillères de moutarde avec un peu de tofu soyeux.

Découper les tomates en fines lamelles.

Préchauffer votre four à 180°.

Abaisser la pâte à la dimension de votre moule et commencer le montage final.

Etaler au fond de la tarte le mélange moutarde tofu soyeux.

Disposer délicatement et uniformément les tomates.

Une fois la tarte recouverte de tomates complètement, ajouter un filet d'huile une pincée de fleur de sel et quelques herbes sèches.

Rabattre les bords de la tarte vers l'intérieur du moule (à l'aide d'un pinceau huiler les bords de la tarte) et enfourner.

180° environ 20min. (jusqu'à coloration de la pâte)

Par Remy Tranchida,  
SV Group