

La tarte poireaux et champignons bio

Les ingrédients pour 2

- une pâte feuilletée
- 2 œufs
- 2 poireaux environ 250 grs
- 1 oignon
- 200 grs de champignons
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- un peu de persil
- sel poivre

Coppa en option

Preparation 15 mins Cuisson 15 mins Difficulté 1





C'est parti

Au four pré-chauffé à 180°, on précuit la pâte feuilletée dans un moule, en la lacérant de petits coups de couteaux afin qu'elle ne gonfle pas.

On fait dorer à la poêle, le poireau bio et l'oignon bio émincés, avec les $\frac{3}{4}$ des champignons en lamelles bio, pendant un petit 10 mins à 5/6. Le tout doit devenir doré et fondant.

On bat les œufs dans un saladier, on y ajoute la crème fraîche, le sel et le poivre.



On couvre la pâte précuite, des légumes bio poêlés, on verse

le mélange œufs crème dessus, et on vient terminer en ajoutant le reste des champignons émincés, le persil .

Les amateurs de viande pourront y ajouter quelques tranches de coppa.

20 mins au four 180

Une tarte tout légumes , champignons bio, poireaux fondants bio, oignons dorés bio.

Il ne reste plus qu'à l'apprécier immédiatement!

