

La tarte au Poulet et aux Courgettes



Ok. Je pense que cette tarte va devenir un de mes grands classiques! A la base je suis déjà un grand fan des tartes salées mais là là là, je suis devenue accro à celle-ci. Un soir (en pleine coupure de courant d'ailleurs, merci la #Senelec) j'ai préparé cette tarte et depuis, elle hante nos vies, mon mari et moi, tellement elle était bonne! Bon, j'exagère un peu dans le fait que nous soyons hantés mais vraiment vraiment, elle était bonne. Elle demande quand même un peu de temps mais avec de l'organisation, on s'en sort!

Ingrédients pour une tarte bien garnie

- 1 pâte brisée (maison c'est toujours mieux, ma recette est là!)
- 2 grosses courgettes
- 4 morceaux de blanc de poulet (de taille moyenne)
- 1 oignon
- 20 cl de crème liquide
- 2 œufs
- Sel / Poivre
- 1 cuillère à soupe de moutarde
- 1 filet d'huile d'olive
- 1 poignée de gruyère râpé

Préparation

Préparer votre pâte brisée puis placer au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes pour que la boule durcisse.

Préchauffer votre four à 180°

Sur du papier sulfurisé, abaissez votre pâte puis placez-la dans le fond de votre moule.

Piquez à la fourchette et réservez au frais.

Râpez vos courgettes, émincez les oignons et coupez le poulet en cube d'environ 2 cm.

Dans une poêle chaude, mettez le filet d'huile d'Olive et faites revenir le poulet pendant 10 minutes. Salez, poivrez. Une fois cuit, réservez dans une assiette propre.

Sortez votre moule du réfrigérateur et faites précuire la pâte à blanc pendant environ 10 minutes.

Pendant la pré-cuisson de la pâte brisée, faites revenir les courgettes râpées dans la casserole de cuisson du poulet. Vous pouvez rajouter un peu d'huile d'Olive, du sel et du poivre au besoin.

Laissez sur le feu 5 à 7 minutes.

Sortez la pâte du four puis badigeonnez le fond avec la cuillère de moutarde.

Placez-y les morceaux de poulet, puis les courgettes râpées et enfin ajoutez l'oignon cru.

Dans un bol, battez les œufs et ajoutez la crème liquide. Salez légèrement

Versez le mélange sur la tarte en préparation.

Finissez par parsemer de gruyère râpé

Enfournez pendant 45 minutes et dégustez bien chaud !



Karelle Vignon
De ma cuisine à la vôtre - Bon Appétit!

www.lesgourmandisesdekarelle.com

<https://www.facebook.com/lesgourmandisesdekarelle>