

Tarte rustique aux courgettes marinées

Bonjour à toutes et tous

Tous les ans, surtout quand on a un potager productif ou un panier d'amap, se repose la même question : « Qu'est ce que je vais cuisiner avec ses *satanées courgettes* ? ». On a tous nos classiques : sautées, en tarte, en salade, en galette qu'on retrouve avec plaisir; mais au bout de quelques semaines.. La lassitude gagne. A la maison, autant les courgettes accompagnent tout mon été, autant mes gourmand ont déjà leur dose fin juin et commencent à quémander autre chose (au hasard des frites). A partir de ce moment, il me faut ruser et partir à la chasse des *recettes de courgettes qui changent*.

J'ai souvent des idées en stock, mais cette tarte là fut une improvisation totale : je pensais partir sur une tarte, voulais donner pep's à la garniture de la tarte sans grands renforts de crème, et l'idée de mariner les légumes. De l'huile d'olive, des tomates confites maison de la fournée 2019, des herbes, il suffit de laisser reposer que les saveurs pénètrent la courgette. Pour la suite, un concept de tarte rustique avec un petit fond de moutarde, et c'est tout.. Une tarte revenue à l'essentiel et plus légère qu'une quiche.

Au moment de servir, l'accueil n'a pas forcément été du plus élogieux mais la dégustation a été très favorables Les parts ont été dégustées sans mal et sans laisser la moindre miette dans l'assiette, le moelleux des courgettes et le pep's de la marinade à séduit. Et cela me donne suffisamment confiance envers la recette pour vous partager cette idée de tarte rustique courgettes marinées « qui change ». J'espère qu'elle vous plaira aussi. Bon week-end !

- TARTE AUX
COURGETTES MARINÉES -



© An Fil du Thym

Tarte rustique aux courgettes marinées

Recette : Tarte rustique aux courgettes marinées

Saison de la recette : Juin à Début Octobre

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes :

Pour la pâte brisée maison

- 200 g de farine
- 80 g de beurre
- 65 ml de lait ou lait végétal
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre

Pour la garniture

- 1 grosse courgette (500-600g)
- 3 cuillerées soupe d'huile d'olive
- 2 cuillerées à soupe de tomates confites (1)
- 1 grosse cuillerées à soupe de moutarde
- sel, poivre
- 1 cuillerée à soupe d'herbes de Provence

Réalisation

Étape 1: Préparation des courgettes marinées

- Lavez la courgette, coupez la en deux dans le sens de la longueur puis détaillez en fines lamelles. Placez le tout dans un saladier

- Ajoutez l'huile d'olive, tomate confites, sel, poivre, herbes de Provence puis mélangez pour bien enrober
- Laissez « mariner » une heure à minima (2), idéalement en remuant 2 ou 3 fois entre temps.

Étape 2 : Préparation de la pâte

- Dans un saladier déposez la farine, le sel et le beurre coupé en petit dés.
- Sablez du bout des doigts jusqu'à avoir une consistance de grains de sable
- Ajoutez le lait froid, mélangez pour agglomérez et écrasez la pâte de la paume de ma main pour bien homogénéiser.
- Filmez, et mettez au frais pendant une heure environ.

Étape 3 : Préparation de la tarte

- Étalez la pâte à tarte finement
- Au milieu, et en laissant au mois 5 cm par rapport au bord étalez la moutarde en couche fine.
- Répartissez les tranches de courgettes joliment. Pensez bien à récupérer les tomates confites et les répartir dans la tarte.
- Rempliez les bord de la pâte pour fermer, puis parsemez d'une bonne pincée d'herbes de Provence.
- Enfournez pour 40 à 45 minutes à 180°C.

Servez cette tarte rustique courgettes marinées tiède ou à température ambiante

Astuces :

- (1) Vous pouvez réaliser vos tomates confites maison avec cette recette.
- (2) La marinade est à minima. Si vous êtes bien organisé(e), vous pouvez aussi laisser mariner une nuit, au réfrigérateur et en ayant bien recouvert d'un film (ou mis dans une boîte de conservation).
- *Variantes* : Pour changer les saveurs de cette tarte rustique courgettes, changez la marinade en remplaçant les tomates confites par des épices (curry par exemple, ou paprika)
