



Tarte "fleur de carottes"

Ingrédients :

1 portion de pâte aux flocons d'avoine et graine de pavot
8 carottes de 10-12 cm
200 grammes de lardons
1 poignée de petits pois congelés
2 œufs
1 dl de crème
1 dl de lait
1 c. à café de cumin en poudre
1 gousse d'ail pressée
sel poivre

Préparation :

- 1) Etaler la pâte aux flocons d'avoine et graines de pavot et foncer un moule à tarte beurré et fariné
- 2) Eplucher et couper en deux dans la longueur les carottes, les précuire 5 minutes au micro onde avec 2 c. à soupe d'eau
- 3) Griller légèrement les lardons dans une poêle à sec, puis égoutter sur du papier absorbant
- 4) Disposer en étoile les carottes sur la pâte, remplir les espaces restants avec les lardons
- 5) Parsemer les petits pois sur les lardons
- 6) Mettre les œufs, la crème, le lait, le cumin, la gousse d'ail pressée, un peu de sel et de poivre dans un shaker, bien fermer et secouer
- 7) Verser sur la tarte et mettre au four préchauffé à 220 degrés pour 30 minutes

