



Tarte aux poireaux montagnarde

Environ 1 kg de poireaux

2 c à soupe d'huile d'olive (c'est plus sain que le beurre) 3 œufs ; 1/4 de litre de lait

10 cl de crème de soja ou autre (c'est selon vos habitudes alimentaires)

150 à 200 gr de fromage d'abondance

100 gr de lardons fumés

sel poivre muscade

Quelques heures avant la confection de cette tarte, préparer votre pâte et laissez la reposer. Foncez un moule à tarte

Lavez les poireaux et ne gardez que le blanc, le vert sera mis de côté pour la confection d'un potage.

Dans une poêle, mettre à chauffer l'huile d'olive et ajoutez les poireaux coupés en rondelles

Salez poivrez généreusement et faite cuire à couvert à petit feu environ 30 mn. Il faut que les poireaux soient tendres.

Dans un saladier, battre les oeufs avec le lait, la crème. Salez légèrement et ajoutez un peu de noix de muscade.

Quand les poireaux sont cuits, mettez les sur votre pâte. Ajoutez les oeufs battus etc... Parsemez de fromage coupé en petits morceaux ainsi que les lardons. Cuire dans un four chaud 230° environ 30 mn Laissez reposer quelques minutes avant de servir.