



approximité.fr

Manger local en Pays de la Loire

Tartes aux Asperges

difficulté : ● / prix : €€ / temps de préparation : ⌚⌚

Ingrédients

Pour 6 personnes

Pour la pâte brisée :

250 g de farine
125 g de beurre
5 à 10 cl de lait
1 pincée de sel

Pour la garniture :

400 g d'asperges fraîches
80 g de parmesan râpé
1 yaourt nature
3 œufs
20 cl de crème fraîche
5 cl de Pommeau du Maine
sel, poivre

Progression

Préparation de la pâte

Mélangez dans une terrine, la farine, la pincée de sel et le beurre coupé en morceaux, ajoutez le lait. Formez une boule. Laissez reposer la pâte au frais pendant 30 minutes au moins.

Epluchez les asperges, les lier en deux bottes, les cuire 10 minutes à l'eau bouillante salée. Elles doivent rester un peu fermes

Egouttez et rafraichissez les sous l'eau froide

Épongez-les sur un linge. Taillez en tronçons de 3cm environ.

Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6)

Étalez la pâte brisée, en garnir un moule à tarte. Piquez le fond à la fourchette.

Dans une terrine, battez les œufs, ajoutez le yaourt, la crème, le Pommeau, poivrer et saler légèrement.

Saupoudrez sur le fond de tarte de 50 g de parmesan, déposez les asperges, versez la préparation et saupoudrez des 30 g de parmesan restant.

Cuisez 35 minutes environ à four moyen

Déguster chaud ou tiède.

Conseil accord met et vin

Servir avec un Anjou rouge, village ou Brissac.

Bon appétit !

[Plus de recettes locales sur approximité.fr](http://approximité.fr)