

## PÂTE À TARTE (6PERS)

 1 portion

### INGRÉDIENTS

- 150 grammes de farine de blé tendre ou froment T80
- 70 grammes de beurre à 80% MG, demi-sel
- 10 grammes d'eau du robinet

### MODE DE PRÉPARATION

- 1° Couper le beurre en morceaux. Rajouter la farine et malaxer
- 2° Rajouter l'eau
- 3° Former une boule et laisser reposer au frais au moins 20min

### INFORMATION NUTRITIONNELLE

|                     | PAR 100 g | PAR PORTION (230 g) | % AR  |
|---------------------|-----------|---------------------|-------|
| ÉNERGIE             | 456 kcal  | 1049 kcal           | 52 %  |
| PROTÉINES           | 7 g       | 17 g                | 34 %  |
| GLUCIDES            | 48 g      | 110 g               | 42 %  |
| SUCRES              | 1 g       | 3 g                 | 3 %   |
| LIPIDES             | 26 g      | 59 g                | 84 %  |
| ACIDES GRAS SATURÉS | 17 g      | 39 g                | 193 % |
| FIBRES ALIMENTAIRES | 3 g       | 6 g                 | 25 %  |
| SODIUM              | 234 mg    | 538 mg              | 22 %  |