

TARTE RUSTIQUE TOMATE - PESTO

 4 portions

INGRÉDIENTS

- 1 unité moyenne de pâte brisée, crue (230 g)
- 450 grammes de tomate cerise, crue
- 80 grammes de sauce pesto, préemballée
- 10 grammes de basilic, frais
- 1 cuillère à café moyenne d'huile d'olive vierge extra (4 g)
- 400 grammes de crudité, sans assaisonnement (aliment moyen)
- 40 grammes de vinaigrette

MODE DE PRÉPARATION

1° réchauffez le four à 190 °C. Déroulez la pâte, puis étalez au centre le pesto en laissant environ 5 cm de rebord vide. Répartissez les tomates, face coupée vers le haut. Assaisonnez et arrosez d'un trait d'huile d'olive. Rabattez les bords de la pâte vers l'intérieur et enfournez pour 15 à 20 min. Ajoutez quelques feuilles de basilic avant de servir avec des crudités.

INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION (304 g)	% AR
ÉNERGIE	136 kcal	413 kcal	21 %
PROTÉINES	2 g	7 g	13 %
GLUCIDES	12 g	36 g	14 %
SUCRES	3 g	10 g	12 %
LIPIDES	7 g	21 g	29 %
ACIDES GRAS SATURÉS	2 g	6 g	32 %
FIBRES ALIMENTAIRES	1 g	4 g	18 %
SODIUM	156 mg	475 mg	20 %