



## TARTELETTE FINE TOMATE ET CHÈVRE AUX AMANDES

Une petite tarte tomate chèvre et son pesto aux amandes.

30 minutes  
50 minutes  
6 portions

### INGRÉDIENTS

- 220 grammes de farine de blé T80
- 120ml d'eau
- Une pincée de sel blanc
- 350 grammes de tomate cerise, crue
- 120 grammes de fromage de chèvre frais
- 230 grammes d'amande
- 30ml d'huile d'olive vierge extra
- Basilic frais
- 5 grammes d'ail, cru

### MODE DE PRÉPARATION

- 1° La pâte : Dans un récipient versez la farine et le sel. Puis versez l'eau tiède. Mélangez dans un premier temps avec une cuillère en bois. Puis finissez le pétrissage à la main. Réservez.
- 2° Dressage et cuisson Préchauffez votre four à 190°C. Divisez votre pâte en 6 pâtons égaux. Aplatissez-les à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Piquez-les avec une fourchette. Tartinez une couche de pesto aux amandes (faites une couche de 1 à 2 mm). Puis disposez les moitiés de tomates cerises. Ensuite les morceaux de fromage de chèvre. Saupoudrez d'un peu de sel et d'herbes de Provence. Enfournez 20 minutes environ suivant votre four. Et dégustez aussitôt, ce plat est meilleur chaud accompagné d'une salade.
- 3° ASTUCE: Envie de varier ce pesto? Remplacez les amandes par des pignons et de pin et du parmesan. Ajustez les quantités suivant vos goûts.

### INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION (200 g)	% AR
ÉNERGIE	79 kcal	158 kcal	8 %
PROTÉINES	8 g	16 g	32 %
GLUCIDES	17 g	34 g	13 %
SUCRES	3 g	5 g	6 %
LIPIDES	12 g	24 g	35 %
ACIDES GRAS SATURÉS	2 g	4 g	20 %
FIBRES ALIMENTAIRES	4 g	7 g	29 %
SODIUM	132 mg	265 mg	11 %