



## La tarte au saumon et aux courgettes

Recette pour 4 à 6 personnes. Préparation : 10 min. Frais : 10 min. Cuisson : 45 min.

### Ingrédients

Pâte brisée : 1  
Pavé de saumon : 1, de 250 g environ  
Courgettes : 2 petites  
Œufs : 4  
Crème liquide : 20 cl  
Gruyère râpé : 70 g  
Coriandre : un petit bouquet  
Sel et poivre du moulin

*Beurre et farine pour le moule*

### Matériel

un plat à tarte  
une planche à découper  
un couteau économe  
une sauteuse  
une jatte



### Réalisation > la préparation de la farce

1. Beurrer et fariner un moule à tarte.
2. Etaler la pâte brisée et en tapisser le moule. Mettre 10 minutes au frais et profiter de ce temps pour laver et essuyer les courgettes et les couper en petits dés.

### Réalisation > la garniture

3. Dans la sauteuse, faire chauffer l'huile d'olive et y faire revenir durant 5 minutes les dés de courgettes, saler et poivrer. Y ajouter le saumon coupé en dés et poursuivre la cuisson durant 5 à 10 minutes.
4. Dans la jatte, fouetter les œufs avec la crème et le gruyère râpé, une pincée d'origan et un peu de poivre.  
*- personnellement, j'évite de saler car le gruyère l'est assez à mon goût -*
5. Préchauffer le four à 200°C.
6. Répartir les dés de saumon et de courgettes sur le fond de tarte en les ayant égouttés au maximum, et recouvrir de la préparation précédente aux œufs.
7. Enfourner le plat pour 30 minutes. Servir aussitôt !  
*- vous pouvez décorer de lanières de courgettes juste ébouillantées -*

Pure gourmandise

La gourmandise est un joli défaut.

[www.PureGourmandise.com](http://www.PureGourmandise.com)