

Tarte aux légumes d'hiver et fromage frais

Ingrédients :

- 1 pâte brisée
- 100 g de carottes
- 150 g de panais
- 200g de chou frisé
- 1 oignon
- 2 œufs
- 20 cl de lait demi-écrémé
- 140 g de fromage de chèvre frais
- 2 CS d'huile d'olive



Préparation :

1. Préparation des légumes : après les avoir nettoyés, coupez-les en bâtonnets ou en morceaux au choix. Émincer le chou et l'oignon.
2. Dans une poêle, faites chauffer à feu moyen l'huile d'olive et ajoutez les légumes, assaisonnez et laissez mijoter pendant 20 minutes en mélangeant régulièrement.
3. Préchauffer le four à 180 °C.
4. Disposez la pâte dans votre moule à tarte.
5. Dans un saladier, battez les œufs et mélangez avec le fromage frais et le lait. Salez et poivrez.
6. Quand les légumes sont cuits, disposez-les sur la pâte.
7. Versez l'appareil sur les légumes et mettez au four pour 35 minutes.

