

Tartes, tourtes, quiches

Tarte au saumon et aux épinards



55 min	20 min	35 min	0	299
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 6 personnes

Étape 1

Cuisson des épinards

- 1 Laver et essorer les épinards. Les couper grossièrement.
- 2 Faire fondre une noix de beurre dans une poêle et y faire revenir les épinards pendant 5 minutes. Réserver.

Étape 2

Préparation de l'appareil

- 1 Casser les œufs dans un cul-de-poule. Ajouter la crème, le gruyère râpé, le sel, le poivre, la noix de muscade.
- 2 Mélanger le tout.
- 3 Couper le saumon en morceaux.

Étape 3

Cuisson de la tarte

- 1 Préchauffer le four à 200°C (Th.6-7).
- 2 Étaler la pâte dans un moule à tarte et piquer le fond avec une fourchette.
- 3 Disposer le saumon et les épinards sur la pâte. Verser dessus la préparation aux œufs.
- 4 Enfourner et laisser cuire 30 minutes environ.

1 Quantité non variable
Pâte(s) feuilletée(s)
300 g **Saumon**
300 g **Epinard**
3 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
25 cl **Crème fraîche épaisse**
30 g **Gruyère râpé**
10 g **Beurre**
1 pincée(s) **Noix de muscade en poudre**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 4

Dressage

- 1 Sortir la tarte du four et la déguster tiède ou froide.