



www.lesjardins-potagersdeshardines.bio



Les Jardins-Potagers des Hardines

Tartelettes fondantes aux panais, topinambour et noix

Ingrédients pour 4 personnes

200 g	topinambour
1	panais
1	oignon
50 g	gruyère râpé
20 g	poudre de noix
15 cl	crème liquide végétale (avoine, soja ou riz)
1	œuf
1	pâte brisée
	eau
	huile d'olive
	cerneaux de noix pour la décoration (facultatif)
	sel, poivre

Préparation 15 mn, cuisson 35 mn

Bouillir l'eau

Eplucher le panais et couper en dés grossiers

Brosser les topinambours et couper en dés grossiers

Plonger les panais et topinambour dans l'eau bouillante

Préchauffer le four à 210° C

Cuire à feu moyen pendant 20 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient fondants

Mouliner afin d'obtenir une purée lisse

Emincer l'oignon et le faire revenir dans une poêle huilée pendant 5 minutes en remuant de temps en temps

Battre l'œuf avec la crème liquide

Ajouter la purée, les oignons et la poudre de noix

Saler et poivrer

Graisser 4 moules à tartelette

Découper 4 cercles dans la pâte et en garnir les moules

Verser l'appareil de panais et topinambour sur la pâte et saupoudrer de gruyère râpé

Déposer un cerneau de noix au centre

Enfourner pour 35 minutes