

Tarte aux fanes de betteraves, crumble quinoa, noisettes et roquefort



“ Les fanes de betteraves se cuisinent comme les épinards dont le goût est moins astringent et plus sucrée. J’adore ! ”

Les Ingrédients :

(Pour 6 à 8 personnes) :

- 1 [pâte brisée](#)
- Les [fanés](#) et tiges d'une botte de [betteraves](#)
- 1 [poireau](#)
- 100 g de roquefort
- 200 ml de crème fraîche
- 4 œufs + 1 jaune d'œuf
- 3 c. à soupe de poudre de [noisettes](#)
- 3 c. à soupe de flocons de quinoa
- Quelques branches de [thym](#)
- Sel et poivre

Les Étapes :

Étalez la pâte brisée avec la paume puis au rouleau à pâtisserie de la taille et de la forme souhaitée. Déposez la pâte étalée dans le moule à tarte souhaité puis foncez-la. Déposez ensuite la pâte foncée au frais le temps de préparer la garniture.

Battez énergiquement les œufs et le jaune jusqu'à ce qu'ils deviennent bien mousseux. Ajoutez la crème et fouettez jusqu'à ce que le tout soit homogène. Assaisonnez. Réservez.

Rincez le poireau et les fanes et tiges de betteraves. Hachez les fanes et les tiges de betteraves. Tranchez les finement poireaux. Répartissez-les dans le fond de la tarte. Effeuillez la moitié du thym sur les légumes. Versez les œufs battus à la crème. Saupoudrez de poudre de noisettes, de flocons de quinoa puis de morceaux de roquefort. Effeuillez le thym.

Enfournez la tarte dans le milieu du four à 210°C. Réduisez la température à 180°C et cuire encore 30 minutes.

Et Que Dire De Plus ?

- Pourquoi ne pas ajouter du [pesto d'ail des ours](#) à la [pâte brisée](#).
- Remplacez les flocons de quinoa par des flocons d'avoine.