

Tarte aux légumes

Préparation : 15 min - Cuisson : 25 min

Ingrédients (4 pers.)

1 pâte à pizza
250 g de courgettes
250 g de carottes
200 g de champignons de Paris
1 oignon
1 gousse d'ail
Quelques feuilles de persil
2 œufs
50 g de crème
1 dl de lait
1 c. à s. d'huile d'olive
Sel
Poivre



Préparation

Faire cuire les carottes coupées en petits bâtonnets dans un peu d'eau salée.

Faire blondir l'oignon émincé dans un peu d'huile. Ajouter l'ail haché puis les courgettes coupées en petits cubes.

Dans une autre poêle, faire revenir les champignons émincés, saler et poivrer. Les ajouter au mélange précédent ainsi que les carottes et le persil haché. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Dans un saladier, mélanger les œufs, la crème et le lait. Saler et poivrer.

Mettre la pâte à pizza dans un moule à tarte, la recouvrir des légumes puis du mélange œufs-crème-lait. Enfourner 25 minutes à 190 °C.

Variante

On peut aussi préparer de petites tartes individuelles.