

Pâte brisée au sarrasin



Recette et photo par Les Minettes

Portions: 2 fonds de tartes de 10 pouces

Mode de cuisson: Four

Temps de préparation: 15-25 minutes

Temps de pré-cuisson: 10 minutes

Temps d'attente: 2 x 20 minutes

Ingédients

1 ½ tasse (375 ml) farine de sarrasin

1 tasse (250 ml) farine tout usage non blanchie

1 c. à thé (5 ml) sel

1 c. à thé (5 ml) estragon, haché*

1 c. à thé (5 ml) thym, effeuillé*

3/4 tasse (180 ml) beurre salé froid, coupé en dés

1 œuf

6 c. à soupe (90 ml) eau très froide

*Vous pouvez utiliser des herbes séchées.

Préparation

Au robot culinaire

1. Dans le bol du robot culinaire, pulser quelques secondes les farines, le sel et les herbes, afin de bien mélanger.
2. Ajouter le beurre et pulser quelques secondes à la fois jusqu'à ce que le beurre ait la grosseur de petits pois.
3. Ajouter l'eau et l'œuf et pulser quelques secondes à la fois, jusqu'à ce que la pâte commence à se former (ajouter une cuillère à soupe d'eau si la pâte est trop sèche).
4. Retirer la pâte du bol et former 2 boules.
5. Envelopper d'une pellicule plastique et réfrigérer au moins 20 minutes (à cette étape, vous pouvez congeler la pâte si vous ne l'utilisez pas dans les 3 prochains jours).

À la main

1. Dans un bol, mélanger les farines, le sel et les herbes.
2. Ajouter le beurre et mélanger avec un coupe-pâte ou rapidement avec le bout des doigts (pour ne pas trop réchauffer le beurre), jusqu'à obtention d'une semoule grossière.
3. Ajouter l'eau et l'œuf et mélanger rapidement, jusqu'à ce que la pâte commence à se former (ajouter une cuillère à soupe d'eau si la pâte est trop sèche).
4. Poursuivre avec les étapes 4 et 5.

Abaïsser la pâte

1. Sortir la pâte du frigo. Sur un plan de travail préalablement fariné, abaisser une boule de pâte jusqu'à une épaisseur entre de 1/8 à ¼ pouces (4 à 7 mm) et placer dans une assiette à tarte de 10 pouces (25 cm).
2. À l'aide d'une fourchette, piquer la pâte un peu partout (pour ne pas qu'elle gonfle à la cuisson).
3. Réfrigérer 20 minutes.

Pré-cuisson de la pâte

Cette étape n'est pas nécessaire, mais comme nous aimons une pâte bien croustillante en dessous, surtout si vous y mettez un mélange liquide, nous préférons faire une pré-cuisson.

1. Préchauffer le four à 350°F (190°C)
2. Couvrir le fond de la tarte d'un papier parchemin et y déposer des billes d'argile ou des gros pois secs, pour que la pâte ne gonfle pas.
3. Cuire au four 10 minutes.
4. Laisser tiédir et retirer les billes d'argile ou les pois. Ajouter votre garniture et cuire selon votre recette.

Comment la cuisiner?

- Quiche: poivron rouge, poireau ou oignon, jambon grillé à l'ail et au sirop d'érable, persil, épinard, œufs, crème, fromage type cheddar

- Faire une base d'omelette à laquelle vous ajoutez un mélange de légumes sautés, un reste de viande grillée ou même du poisson
- Tarte aux betteraves du dernier [hors-série de Caribou, Manger 100% local](#)
- Même mélange que la [tarte feuilleté aux asperges et fromage bleu](#), en ajoutant 10 minutes de cuisson

Quelques petites notes...

- Une fois le beurre coupé en dés, nous le plaçons 30 minutes au congélateur pour qu'il soit très froid. L'eau doit être glacée et même les farines peuvent être placées au congélateur avant utilisation. L'idée est qu'il reste de petits morceaux de beurre fermes lorsqu'on met la pâte au four, afin que celle-ci soit plus feuilletée.
- S'il vous reste des retailles de pâtes, faites-les cuire au four avec un peu de cheddar râpé dessus. Mangez-les à l'apéro, même les enfants en voudront!

Lien vers la recette: <https://cariboumag.com/2020/04/pate-brisee-au-sarrasin/>