



## TARTE POIREAUX RICOTTA

### INGREDIENTS POUR 4 PERSONNES

1 échalote  
2 poireaux  
15cl de vin blanc  
100g de farine de blé  
100g de farine spéciale  
(petit épeautre, ou coco,  
sarrasin, lupin...)  
1CS de purée de sésame  
250g de ricotta  
3 œufs  
4CS de moutarde

Faire rissoler l'échalote dans un peu d'huile d'olive. Ajouter les poireaux en lamelles. Ajouter le vin blanc et faire cuire à feu doux à couvert.

Dans un bol mixeur, mettre 100g de farine "normale", 100g de farine spéciale.

Ajouter 1 CS de purée de sésame. Mixer et ajouter peu à peu, jusqu'à une consistance de pâte à tarte, de l'eau (cuit ça donne une pâte un peu sablée délicieuse et beaucoup moins calorique que montée au beurre !).

Quand vous pouvez former une boule, mettre du papier sulfurisé dans un moule à tarte et étaler la pâte aux doigts. Je m'aide d'un verre pour mieux étaler.

Dans un saladier, mélanger la ricotta, les œufs et la moutarde.

Déposer les poireaux sur la pâte, saler, poivrer, ajouter un peu de muscade, le mélange ricotta et enfourner à 200° pendant 35min.

Servir avec une petite salade (mâche ici) assaisonnée d'huile de noix et de balsamique.