

### Tourte aux légumes (6 pouces)

#### Ingrédients

4 tasses de pâte à tarte  
Farine  
2 cuillères à soupe de pâte de tomate  
1 petit oignon coupé en dés  
1 cuillère à thé d'orégano  
3 tasses de courgette en tranches et cuites au beurre  
2 tasses de champignons tranchés cuits au beurre  
2 tomates moyennes tranchées et asséchées  
3 tasses de fromage cheddar Xfort râpé  
Sel & poivre  
1 œuf

#### Préparation

- Abaisser la pâte à l'aide de la farine et déposer cette dernière au fond d'un moule à charnière de 6 pouces
- Répartir la pâte de tomate au fond et saupoudrer d'orégano
- Ajouter les oignons et les courgettes
- Saler et poivrer
- Ajouter la demi-quantité de fromage
- Mettre les champignons
- Saler et poivrer
- Mettre le reste du fromage, déposer les tranches de tomates, saler et poivrer
- Couvrir d'un dessus de pâte à tarte
- Dorer à l'œuf
- Cuire à 350- 375 F° durant environ 1 heure ou jusqu'à ce que le pâté soit bien dorée
- Au sortir du four, couvrir de papier aluminium et laisser reposer 10-15 minutes

*Bon appétit !*

## Émission 12 – Les tourtes !

---



**EXPRESSÉMENT**  
**CUISINE**

### Tourte méditerranéenne

#### Ingrédients

4 tasses de pâte à tarte  
Farine  
4 tasses d'épinards cuits au beurre et égouttés  
4 tasses de jambon coupé en petits cubes  
1 piment doux coupé en dés  
3 tasses de fromage mozzarella  
4 œufs  
1 œuf pour la dorure  
Sel & poivre

#### Préparation

- Étendre la pâte à tarte à l'aide de la farine et déposer cette dernière en couvrant le fond d'un moule à charnières de 6 po
- Mettre la demi-quantité des épinards, du jambon, et du fromage
- Ajouter les dés de piment, le reste des épinards, du jambon et du fromage
- Battre les 4 œufs ensemble
- Saler et poivrer
- Verser sur le dessus du pâté
- Couvrir d'une abaisse de pâte
- Dorer avec l'œuf
- Cuire au four à 350-375 F durant environ 1 heure ou jusqu'à ce que le pâté soit bien doré
- Au sortir du four, couvrir de papier d'aluminium et laisser reposer 10-15 min

*Bon appétit !*

## Émission 12 – Les tourtes !

---



**EXPRESSÉMENT**  
**CUISINE**

### Tourte aux poireaux et au saumon (6 pouces)

#### Ingrédients gâteau

4 tasses de pâte à tarte

Farine

4 tasses de poireaux cuits au beurre égouttés

4 tasses de cubes de saumons

2 tasses de béchamel

2 tasses de fromage râpé (cheddar ou suisse)

1 œuf pour la dorure

Sel & poivre

#### Préparation

- Abaisser la pâte à tarte à l'aide de la farine
- Déposer cette dernière en couvrant le fond d'un moule à charnière de 6 pouces
- Mélanger ensemble les poireaux, la béchamel et le fromage, saler et poivrer
- Déposer la moitié de ce mélange dans le moule
- Ajouter la demie des cubes de saumon
- Saler et poivrer
- Déposer le reste de la préparation des poireaux
- Ajouter le reste du saumon
- Saler et poivrer
- Couvrir d'une abaisse de pâte
- Dorer avec l'œuf
- Cuire au four 350 – 375 F pendant environ 1 heure ou jusqu'à ce que le pâté soit bien doré
- Au sortir du four, couvrir de papier d'aluminium et laisser reposer 10-15 minutes.

*Bon appétit !*