



LA BELLE VIE

Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

Tarte rustique aux champignons

Pour 2 personnes | Très facile

50 min | **9.87€** La portion (prix indicatif)



Une tarte rustique, c'est une ode à l'authenticité ! Dans cette recette, c'est le champignon qui est la star.

Facultatif : un jaune d'œuf pour dorer la pâte, des herbes fraîches (persil frisé, sauge, thym)

Suggestion pour pimper votre tarte : remplacez l'oignon caramélisé par du confit d'oignon ou d'échalote.

Envie de pousser la recette en mode 100% végétal ? Simplissime : une pâte feuilletée sans beurre, de l'huile pour faire suer les légumes et au choix : du parmesan végétal ou de la levure de bière nutritionnelle pour le goût fromagé.

Les ingrédients

- **1 pièce** de Pâte feuilletée
- **1 pièce** de Oignon jaune
- **500 g** de Champignon de Paris
- **100 g** de Champignon Shimeji (japonais)
- **100 g** de Champignon Pleurote
- **2 c à s** de Parmesan rapé
- **1.5 c à s** de Vinaigre balsamique
- **40 g** de Beurre doux

Étapes de préparation



Préparation : 20 min



Cuisson : 30 min



Attente : 0 min

La préparation

- 1 Préchauffez votre four à 180°C en chaleur traditionnelle.
- 2 Épluchez 1 oignon et coupez-le en fines lamelles.

- 3 Les champignons (mettez-les ensemble dans un bol large une fois qu'ils sont coupés) :
Déchirez 100 g pleurotes en lamelles à la main.
Rincez 100 g champignons shimeji. Coupez la base qui les maintient ensemble. Jetez la base et mettez les shimeji de côté avec les autres champignons.
Rincez 500 g de champignons blancs et coupez-les en fines lamelles (environ 5 mm d'épaisseur).

La cuisson

- 4 Faites chauffer une grosse noix de beurre dans une poêle à feu moyen.
Quand le beurre mousse, ajoutez les lamelles d'oignon et salez. Faites-les suer à feu doux jusqu'à ce qu'elles soient translucides.
Déglacez avec 1 càs de vinaigre balsamique. Mélangez et attendez que le vinaigre se soit évaporé. Mettez de côté.
- 5 Essuyez grossièrement la poêle et faites-y fondre le reste de beurre.
Ajoutez les champignons. Faites cuire une dizaine de minutes pour les dorer.
- 6 Sortez le rouleau de pâte feuilletée du frigo 5 minutes avant de l'utiliser.
Quand les champignons sont cuits, déroulez la pâte (avec le papier cuisson) et piquez-la à l'aide d'une fourchette.
Glissez-la sur une grille de cuisson. Utiliser une grille permettra une meilleure cuisson du dessous de la pâte.
- 7 Ajoutez sur la pâte l'oignon caramélisé en laissant un bord de 2 cm.
Répartissez la poêlée de champignons sur les oignons.
Facultatif : ajoutez des herbes fraîches (persil frisé, sauge, thym).
Parsemez 2 càs de parmesan râpé.
- 8 Vous pouvez dorer le bord de la pâte avec un jaune d'œuf, ou à défaut du lait ou du beurre fondu.
Enfournez pendant 10-15 minutes environ jusqu'à ce que la pâte soit dorée et cuite.
Si le bord est coloré mais pas le dessous, vous pouvez changer le mode de cuisson de votre four en sélectionnant la cuisson par le bas uniquement, dite "sole". Continuez la cuisson quelques minutes de plus.
- 9 Laissez refroidir la quiche 5 minutes.
Servez avec une salade verte, du mesclun bien vinaigré en assaisonnement.