



les bonnes recettes de Marithé

Tarte à la confiture

**SANS OEUF, SANS FARINE DE BLÉ, SANS LAIT,
SANS ARACHIDE, SANS ARÔME**

INGRÉDIENTS

- 1 pot de confiture, fraise ou framboise,
- 250 gr de farine Hammer Muhle (vendue en magasins diététiques ou par correspondance),
- 125 gr de margarine de Tournesol (sans protéines de lait),
- 50 gr de sucre,
- 1/2 verre d'eau,
- le zeste d' 1/2 citron non traité,
- 1 pincée de sel.

INSTRUCTIONS

- Faites un puits avec la farine, y introduire le sucre, le zeste de citron râpé, la margarine (coupée en dés), le sel, pétrissez le tout, et ajoutez l'eau. Formez une boule que vous placerez au réfrigérateur pendant 1 heure.
- Mettez une feuille de papier sulfurisé dans un moule à tarte de 20 cm de diamètre (mieux encore, vous pouvez utiliser une plaque multi-moules (12 petites tartelettes de 4 cm de diamètre), car cette pâte est extrêmement friable).
- Gardez un petit tiers de la pâte pour les bandes de décoration.
- Étendez la pâte du bout des doigts dans le moule. Piquez-la à l'aide d'une fourchette.
- Tartinez la tarte de confiture, sur une épaisseur de 5 mm.
- Avec le reste de la pâte, faites des bandes de 1 cm de largeur pour faire des croisillons sur la confiture.
- Placez à four chaud 30 mn, 220°C, ou thermostat 7.
- Ne démoulez la tarte que lorsqu'elle est froide.

Recette élaborée par
Mme Marie-Thérèse ROTH



Service de
Médecine Interne,
Immunologie Clinique
et Allergologie
Hôpital Central
29, Av. de Lattre de Tassigny
54035 NANCY Cedex