

TARTE TATIN AUX POMMES



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 6 belles pommes
- Sucre blanc et/ou vanillé 100g
- 1/2 citron jaune (jus) ou de l'eau = 20mL de liquide
- Facultatif : menthe fraîche

Astuces :

- Pour « alléger » un peu ce dessert, opter pour une pâte Brisée pur beurre ou une pâte Brisée végétale.
- Opter pour des pommes Pink Lady, Elstar, Golden.
- Les poêles toutes inox sont idéales : on peut réaliser le caramel et y faire cuire la tarte au four.
- Ajouter les grains d'une gousse de vanille sur les pommes caramélisées.

Préparation : 15 minutes | Cuisson : 30 minutes
Pour 1 tarte de 6 à 8 personnes

Option 1. Utiliser une poêle toute inox (24 à 28 cm de diamètre) pour réaliser le caramel et faire cuire la tarte au four dans cette poêle.

Option 2. Réaliser le caramel dans une poêle et faire cuire la tarte au four dans un plat (24 à 28 cm de diamètre) en verre, silicone ou métal.

1. Préchauffer le four à **180°C**.
2. **Peler** les pommes, les couper en 4 et enlever le trognon.
3. Dans une **poêle**, sur **feu moyen** : verser le sucre et le jus de citron ou l'eau et laisser **caraméliser** tout en mélangeant avec une cuillère en bois.
4. Quand le caramel commence à avoir une **couleur dorée** (et non marron!) : baisser sur **feu doux**, **ajouter d'un coup** les quartiers de pommes et les retourner très rapidement pour les **enrober** de caramel sur toutes les faces.
5. Option 1. Dans la poêle toute inox : dérouler la pâte feuilletée, la déposer sur les pommes et rabattre les bords pour éviter que les pommes et le caramel ne débordent. Option 2. Transvaser les pommes caramélisées dans un plat à rebords allant au four. Dérouler la pâte feuilletée sur les pommes et rabattre les bords pour éviter que les pommes et le caramel ne débordent.
6. Enfourner **30 minutes environ**. La pâte doit être feuilletée et dorée (le temps de cuisson peut varier selon les fours).
7. À la sortie du four, poser une grande assiette sur le plat/la poêle et le/la **retourner**. La tarte tatin va se détacher facilement.
8. Facultatif : parsemer de **menthe ciselée** et servir.



@Recettes100faim.fr

Margaux Letort – Diététicienne & Blogueuse Culinaire

www.recettes100faim.fr