

TARTE AUX POMMES, COMPOTE & NAPPAGE BRILLANT



Recettes100faim.fr

Pour une tarte de 6 à 8 parts | Préparation : 15 à 20 minutes | Cuisson : 35 minutes

1 pâte brisée pur beurre, brisée végétale, pâte sablée ou feuilletée (**recettes sur le blog**)

Poudre d'amandes 30 à 50g

2 à 3 pommes avec peau (selon la taille) 240g à 300g

Compote de pommes maison (ou industrielle) 8 càs = 300g (**recettes sur le blog**)

Pour le nappage : sucre blanc 50g + eau 50g + 1 feuille de gélatine 2g et un petit fond d'eau



1. Si nécessaire, **préparer la pâte** brisée pur beurre, brisée végétale, pâte sablée ou feuilletée.
2. Préchauffer le four à **180°C**.
3. Laver les pommes, **garder la peau**, retirer le trognon, les couper en quartiers puis en **fines lamelles**.
4. **Foncer** la pâte dans un plat à tarte, **replier** les bords et **piquer** le fond de tarte à l'aide d'une fourchette.
5. **Saupoudrer** d'abord la poudre d'amandes puis **étaler** la compote de pommes à l'aide d'une spatule en silicone sur tout le fond de tarte. **Disposer** les lamelles de pommes de gauche à droite (comme sur la vidéo) ou vers le centre jusqu'à l'extérieur.
6. Enfourner **environ 30 minutes** (le temps de cuisson varie selon les fours et le résultat souhaité).
7. En attendant, **préparer le nappage brillant**. Déposer la feuille de gélatine dans un petit bol d'eau froide quelques minutes, elle va **ramollir**. Dans une petite **casserole**, faire bouillir 50g d'eau et 50g de sucre. Quand la gélatine est ramollie, l'essorer, l'ajouter dans la casserole puis mélanger sur feu moyen jusqu'à ce que la gélatine soit dissoute.
8. À la sortie du four, à l'aide d'un **pinceau en silicone**, **badigeonner** la tarte de nappage brillant.

CONSEILS & ASTUCES DE DIÉTÉTICIENNE :

- + de recettes de **pâtes, desserts & compotes** sur le blog !
- Variantes : faire un **mélange** de pommes (rouges et/ou vertes) et poires, opter pour une **compote** pomme poire, kiwi ou framboise, **poudre d'oléagineux** au choix (noix, noisettes, Pécan...)
- Pour simplifier la recette, faire **fondre du beurre avec du sucre** blanc ou roux et badigeonner la tarte avec ce mélange avant d'enfourner.
- Si vous optez pour de l'**agar-agar** (gélifiant végétal), la technique est différente, RDV sur le blog !

Margaux Letort - Diététicienne & Blogueuse Culinaire
www.recettes100faim.fr

Recette en vidéo

