

# Tarte au potimarron meringuée

Difficulté : 

Bio : 

Local : 

Temps : 

Label : 

Fait maison : 

pour 10 convives Adolescents - 109 gr.

Ingrédients	Quantité
- Oeuf frais BIO <i>brut</i>	3.000 <i>piece</i>
- Fond de tarte sucrée crue surgelé <i>surgelé</i>	0.833 <i>piece</i>
- Potimarron <i>brut</i>	0.350 <i>kg</i>
- Sucre poudre <i>déshydraté</i>	0.150 <i>kg</i>
- Lait demi-écrémé <i>brut</i>	0.120 <i>litre</i>
- Sucre semoule <i>déshydraté</i>	0.100 <i>kg</i>
- Oeuf blanc liquide <i>brut</i>	0.075 <i>litre</i>
- Eau <i>brut</i>	0.050 <i>litre</i>
- Féculé de maïs <i>déshydraté</i>	0.015 <i>kg</i>
- Extrait de vanille	0.005 <i>litre</i>

## Progression de la recette

- Cuire les fonds de tarte à blanc 6 minutes à 180°;
- Couper le potimarron enlever les pépins;
- Cuire le potimarron en vapeur 15 minutes;
- Mixer pour obtenir une purée,refroidir;
- Dans un cul de poule blanchir les œufs avec le sucre semoule,ajouter le lait, la maïzena, la vanille;
- Incorporer la purée de potimarron à la préparation mélanger et mettre dans le fond de tarte;
- Cuire à 160°C four chaud pendant 30 à 40 minutes,refroidir;
- Réaliser une meringue italienne avec le sucre poudre+eau 121°et les blancs;
- Pocher cette meringue sur les tartes à la poche à douille et dorer au chalumeau;
- Couper en 12 et dresser sur assiette.

Grammage portion (1 pers.) : 109 g

Coût portion (1 pers.) : 0.33 €

## Valeurs nutritionnelles :

Protéines : 4.38 g

Lipides : 5.60 g (*dont ajoutés : 3.05 g*)

Glucides : 41.16 g (*dont sucres : 31.40 g*)

P / L : 0.78

Energie : 232.54 Kcal

972.02 Kj

Calcium : 30.61 mg

Sel : 218.86 mg

## Allergènes :

- *Présence : gluten, oeufs, lait.*

- *Trace : soja, coque.*