

Méga-giga tarte toutoune aux pommes

10 portions

Préparation 30 min

Cuisson 60 min

Ingrédients:

Pâte à tarte santé

1 ½ tasse (200 g) de farine de blé entier (mii, farine Combinée Nutri de Robin Hood)

½ tasse (50 g) de poudre d'amandes

¼ tasse (50 g) de sucre

1 cuil. à thé de cannelle

½ tasse (125 g) de cubes de beurre froid

5 cuil. à table (75 g) d'eau glacée

Garniture aux pommes

3 kg (6.6 lb) de pommes Cortland sans le cœur, pelées et tranchées (environ 20 pommes moyennes)

¼ tasse (35 g) de fécule de maïs

¼ tasse (50 g) de sucre

1 cuil. à thé de cannelle

Farine de blé entier (Pour abaisser la pâte)

1 œuf battu (Pour la dorure)

1 cuil. à thé de sucre (Pour la brillance)

Étapes:

Pâte à tarte santé

Au robot culinaire, mélanger la farine, la poudre d'amandes, le sucre et la cannelle.

Sans arrêter le robot, ajouter le beurre, quelques cubes à la fois.

L'appareil toujours en marche, verser 1 cuil. à table d'eau glacée à la fois jusqu'à la formation d'une boule de pâte. Laisser tourner le robot une trentaine de secondes entre chaque cuillerée d'eau. Retirer la pâte du robot.

Sur un plan de travail, aplatir la boule de pâte de façon à former un disque de 8 po (20 cm).

Emballer le disque dans une pellicule plastique et placer au réfrigérateur 30 minutes. Pendant ce temps, préparer la garniture de la tarte.

Note: La pâte à tarte conserve 5 jours au réfrigérateur et 6 mois au congélateur.

Garniture aux pommes

Préchauffer le four à 180°C (350°F). Placer la grille au centre du four.

Dans une grande casserole, déposer les pommes, couvrir et les précuire à feu moyen en remuant régulièrement jusqu'à ce que leur volume ait réduit du tiers.

Dans un petit bol, mélanger la fécule de maïs, le sucre et la cannelle. Saupoudrer les pommes, bien mélanger et transvider dans une grande assiette à tarte profonde.

Montage et cuisson

Sur un plan de travail fariné, abaisser la pâte à tarte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie pour former un disque d'environ 35 cm (14 po) de diamètre.

Déposer la pâte sur la montagne de pommes. Bien sceller les rebords en pressant la pâte sur les rebords de l'assiette avec les doigts. Tailler des incisions dans la pâte pour laisser la vapeur sortir pendant la cuisson. Badigeonner d'œuf et saupoudrer de sucre.

Cuire au four 45 minutes ou jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Laisser tiédir avant de servir.

Se conserve 5 jours au réfrigérateur. Se congèle avant la cuisson : décongeler au frigo et cuire juste avant de servir.

Source: [Cuisine futée, parents pressés](#)

Par: [Blanc-manger](#)