



Cuisine et  
dépendances

## Tarte épicée au potimarron



*Trouvée dans un super récap de recettes à base de courges chez [O'Délices](#), j'ai été séduite par cette recette assez simple mais originale, avec sa pâte à la farine de sarrasin. L'ensemble est coloré et savoureux avec sa note épicée. De plus, la farine de sarrasin ne contenant naturellement pas de gluten, cette recette convient parfaitement aux intolérants.*

### Ingrédients (pour un moule à tarte) :

- 125 g de farine de sarrasin (dit blé noir)
- 50 à 75 ml d'eau
- 1 œuf
- 20 g de sucre
- 1 kg de potimarron (avec la peau)
- 1 oignon
- 100 ml de crème fraîche
- 1 pointe de gingembre
- 1/2 cuil à café de quatre-épices
- sel et poivre
- facultatif : graines de pavot et de sésame

### Préparation :

Éplucher le potimarron, enlever les graines et couper la chair en petits dés.

Éplucher et émincer l'oignon.

Faire suer l'oignon et le potimarron dans une sauteuse avec un fond d'eau. Ajouter les épices, couvrir et laisser cuire une vingtaine de minutes. En fin de cuisson, verser la crème fraîche et laisser réduire. Les dés de potiron doivent être très mous pour pouvoir les écraser facilement après la cuisson.

Pendant ce temps, confectionner la pâte : prendre un grand bol qui se ferme hermétiquement. Verser l'eau, l'œuf battu, le sucre et la farine de sarrasin. Fermer le bol, secouer énergiquement ; ouvrir le couvercle : la pâte doit être rassembler en boule. Au besoin, rajouter un peu d'eau ou de farine. Laisser reposer une 15aine de minutes au réfrigérateur.

Préchauffer le four th.6 (180°C).

Etaler la pâte sur un plan fariné.

Déposer la pâte dans un plat à tarte à fond amovible. Répartir le potimarron écrasé sur la pâte, parsemer de graines de pavot et sésame.

Enfourner et laisser cuire 30 min environ, jusqu'à ce que la pâte soit dorée.

Servir aussitôt.

Le 17 Novembre 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/11/17/index.html>