

# TARTE AU POULET (thermomix)



Pour mon Coup de cœur du dimanche une recette de [CUISINEAZ](http://www.cuisineaz.com)

## Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 300 g de poulet de restes de poulet
- 1 courgette
- 230 g de crème liquide allégée
- 150 g de dés de mozzarella
- 3 œufs
- 10 g d'huile d'olive
- sel, poivre

## Préparation :

- Préchauffer le four à 180°C
- râper la courgette
- Déroule la pâte puis la réserver au réfrigérateur.
- insérer le disque de cuisson dans le bol
- ajouter l'huile d'olive et la courgette râpée
- puis cuire 10 minutes à 100°C en sens inverse vitesse 1 et sans le gobelet doseur
- à l'arrêt de la minuterie, égoutter les courgettes
- retirer le disque de cuisson puis rincer le bol
- mettre dans le bol, la crème, les œufs, saler et poivrer
- puis mixer 10 secondes à vitesse 3
- répartir les restes de poulet sur le fond de tarte
- puis répartir la courgette râpée égouttée et pressée
- puis verser la préparation crème et œufs sur la pâte
- répartir les dés de mozzarella
- enfourner 40 minutes

*Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations.*

THERMOMINOUX 2021

<http://thermominoux.over-blog.com>