

Tartelette pomme - banane - chocolat

Dessert



Note : 1

Portions :5 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :20 min

Temps de cuisson/repos :20 min

Calories par portion : 470.4 Kcal

Charge glycémique par portion: -1

Les ingrédients

- 1.0 u Pate brisée
- 4.0 u Pomme
- 2.0 u Banane
- 1.0 u Oeuf
- 25.0 gr Amande en poudre
- 50.0 gr Sucre en poudre
- 50.0 gr Chocolat noir (tablette)
- 20.0 gr Beurre

Faire préchauffer le four à 200°C pendant 10min.

Etape 1:Préparation des disques

Découper à l'aide d'un bol 4 disques dans la pâte brisée. Faire une boule avec le reste de pâte et l'aplatir à la main ou avec un rouleau. Faire cuire à blanc pendant 10 min les disques au four(pose un poids sur chaque disque pour éviter qu'ils ne gonflent).

Etape 2: Caramélisation des pommes

Eplucher les pommes les découper en quartiers, enlever le trognon, puis découper des lamelles. Dans une grande poêle faire fondre le beurre à feu doux, puis faire dorer les lamelles de pommes (2-3min). Ajouter la moitié du sucre progressivement en veillant à en mettre sur les deux faces de chaque lamelle. Retourner au moins une fois les pommes pendant leur caramélisation.

Etape 2: Préparation du fond de tarte

Dans un bol battre l'oeuf puis ajouter l'amande en poudre et la moitié du sucre. Ajuster la quantité d'amande

pour obtenir une texture pâteuse. Ecraser les bananes dans le bol dans le mélange.

Etape 3: Préparation des tartelettes

Répartir le mélange sur les tartelettes puis garnir de lamelles de pommes en spirale. Finir en ajoutant le chocolat concassé en petits morceaux sur chaque tartelette.

Etape 4: Cuisson

Faire cuire au four pendant 5-10 min à 200°C.