

RECETTE

RESTAURATION

Tarte au Sainte-Maure-de-Touraine AOP, épinard et touche de miel

Je vous propose une recette de tarte printanière savoureuse, avec son bon fromage de chèvre chaud, accompagnée d'une petite salade et sa vinaigrette légèrement sucrée au miel. Idéale pour les pique-niques ou apéros entre amis !

INGRÉDIENTS (PÂTE BRISÉE)

Farine de blé

Beurre local

Eau

Sel

INGRÉDIENTS (APPAREIL)

1 bûche de Sainte-Maure-de-Touraine AOP

250g d'épinard frais de saison (printemps)

3 œufs

20cl de crème liquide

Miel de Touraine

Sel, poivre

ÉTAPES DE LA RECETTE

Préchauffez votre four à 190°.

Préparez votre pâte brisée ou l'acheter toute prête.

Étalez votre pâte dans un moule à tarte.

C'EST SA RECETTE



AUORE PAVEDA

Conseillère en séjour et reportrice à l'[Office de Tourisme Azay-Chinon Val de Loire](#)

Baroudeuse locale et gourmande, j'aime rencontrer les producteurs et valoriser le terroir. Je cuisine tout maison, avec leurs bons produits.

NIVEAU

Facile

SAISON

Printemps

Lavez les épinards et équeutez-les. Faites les chauffer doucement dans un peu d'huile pour que les feuilles rendent l'eau. Égouttez et hachez-les grossièrement au couteau.

Dans un bol, mélangez les œufs, la crème liquide, le sel et de poivre.

Coupez la bûche de Sainte Maure-de-Touraine en tranches.

Versez les épinards sur la pâte, puis la préparation sur les épinards. Déposez les tranches de fromage de chèvre et ajoutez une touche de miel sur chacune.

Mettez votre tarte à cuire 30 minutes au four, à 190°. Servez tiède ou froid.

DURÉE

20 min de préparation

DURÉE

30 minutes de cuisson

PRODUIT LOCAL



Le Sainte-Maure-de-Touraine est un fromage de chèvre typique de la région, avec sa forme tronconique originale et sa paille de céréale pyrogravée à l'intérieur. Frais, demi-sec ou sec, j'apprécie sa douceur et sa couleur blanche pure, cachée sous une robe finement cendrée.

Retrouvez-le en direct chez les producteurs de la zone AOP, sur les marchés locaux, chez votre fromager ou magasins de producteurs.

Sans oublier un délicieux miel local et biologique. Personnellement, je privilégie les Abeilles de Papae à Lémeré.

Les autres recettes



Champignons à la montsorellienne

RECETTE

RESTAURATION

Découvrez ma recette « minute », extrêmement simple et ultra-rapide ! Mais délicieusement bonne qui sait plaire à toute la famille.

[Lire la suite +](#)



Corentin le lapin et ses amis du terrier

ATELIER

SOLS
VIVANTS

ANIMAUX

Montsoreau

Maison du Parc

Dans ce conte tout doux, partez à la rencontre d'un petit lapin mignon et de ses amis, parfois surprenants, qui habitent sous la terre. Partagez leurs...

[Lire la suite +](#)



Le rapport d'activités 2023 du Parc vient de paraître !

NATURE ET
PAYSAGE

ÉNERGIE ET
TRANSITION

ÉDUCATION ET
CULTURE

Réserves naturelles régionales, Natura 2000, Réseau des Ambassadeurs, marque "Valeurs Parc"... retrouvez toutes les actions 2023 du Parc dans le...

[Lire la suite +](#)