



Les jardiniers du Val D'Authion

venez visiter notre site \* [lesjardiniersduvaldauthion.fr](http://lesjardiniersduvaldauthion.fr) \*

## Tarte sucrée au plantain et à l'ortie

### **ingrédients :**

Une Pâte brisée ou feuilletée

3 œufs

5 cl de crème d'amande

1/3 l de lait d'amande

15 g de jeunes feuilles de plantain lancéolé

50 g de feuilles d'ortie

59g d'amandes effilées

2 a s de sirop d'agave ou de miel liquide

40 g de raisins secs

Pour décorer fleurs de capucine, bourrache, lamier ...

### **Réalisation :**

Nettoyer soigneusement les plantes. Les faire blanchir puis les hacher et les incorporer au flan (œufs, crème, lait, miel). Ajouter les raisins secs.

Verser sur la pâte puis parsemer d'amandes effilées.

Cuire environ 30 mn à 180°.

Laisser tiédir puis avant de servir décorer avec les fleurs