Itinéraire des tartes salées et sucrées

La pâte brisée est très rapide à faire et quasi inratable : de la farine, de l'eau, du beurre, du sel... Combien n'avons-nous pas déjà financé de pâtes industrielles préroulées, aux obscurs composants ? Si l'on savait tout ce qui s'y cache de pas tout à fait anodin pour les organismes les plus fragilisés... J'en ai eu un aperçu en étudiant le sujet pour un ancien cahier de Nature et Progrès : *Que Reste-t-il de Nos Céréales ?* dont l'essentiel de la recherche se retrouve dans mon nouveau *Topo* : *Glouton de Gluten*. Quand on pense aux trente secondes et trois francs six sous que cela prend, à la maison... Emballée sous papier cellophane en boule, une pâte maison se conserve au réfrigérateur une semaine, ou au congélateur six mois. Amusons-nous donc à préparer nos propres pâtes prêtes à rouler, *ladies and gentlemen* ! Le minimum minimorum de l'autonomie en cuisine dans nos élans *Vade-retro-industrialibus* sera la *Pâte Brisée* (p. 61). Ensuite viendront la version *Fausse-Feuilletée de Maila,* la *Pâte Brisée Sucrée* et la version sans gluten à base de pois chiches (toutes trois p. 66, ainsi que les *Variantes Sans Gluten*). Lorsque vous serez devenu plus habile, il sera temps de tenter une *Pâte Sablée* (p. 67), pour les tartes sucrées.

Certaines recettes sont spécialement détaillées pour les débutants. C'est le cas de la Pâte Brisée de la page 61.

*1 Nous ne verrons pas ici l'apothéose, soit la pâte feuilletée, car elle n'est plus aujourd'hui que curiosité de passionné. Les plus gastronomes l'achètent préroulée. Ma recette facilitée est dans *Mes Racines en Cuisine* (recette des *Croissants*) et dans *Desserts en Famille* (recette d'une *Galette des Rois*).

Vous êtes toujours pressé et vous ne souhaitez pas méditer en travaillant la pâte à la main ? Le robot ménager sera ici indispensable. Plus de « fontaine » comme l'indiquent les recettes classiques, plus de fraisage manuel fastidieux. La pâte sera même peut-être plus légère et croustillante. En outre, le robot nous permet de pas enfariner toute la cuisine et de travailler les mains propres.

robot classique, le basique ménager

Robot plus puissant, pour les grandes quantités. Le post-graduat, en quelque sorte...

À partir de la page 74, je propose des recettes salées et sucrées, où je vous épargne la répétition lassante du procédé de préparation du fonds de tarte, puisqu'ils ont été détaillés pages 61, 66 et 67. Des variantes sans gluten sont proposées aux amateurs, qui penseront aussi à remplacer les tartes salées par un gratin de légumes sous la forme d'un *Croustillant (Crumble) aux Légumes* où le crumble est réalisé sans gluten, des *Tartines Printanières* ou *Bruschetta* à partir de *Galettes de Sarrasin* maison.

Les quelques astuces, conseils et techniques des pages qui suivent vous permettront de réaliser en un tourne-main des tartes aux légumes ou aux fruits, de couvrir des potages en croûte au four, de créer des petits biscuits au fromage pour l'apéro. Mes recettes n'ont pour but que de donner confiance aux débutants en cuisine et de replacer quelques points sur quelques i mal tournés. Dès que vous en maîtriserez les bases, à vous les créations inspirées des foultitudes de livres et sites sur le sujet.