

Tartelettes au thon

 par personne ➔ 15 minutes
de préparation ➔ 32 minutes
de cuisson ➔ Pour 4 personnes

2 tomates 
1 échalote 
1 cc d'huile d'olive
1 cc d'herbes de Provence
120 g de pâte feuilletée à 20 %
1 boîte de thon au naturel
(140 g) égoutté 
40 g de gruyère râpé

1 Pelez les tomates, épépinez-les et coupez-les en morceaux. Hachez l'échalote. Faites chauffer l'huile dans une poêle antiadhésive, faites-y suer l'échalote 2 minutes, puis ajoutez les tomates et les herbes de Provence ; salez et poivrez. Laissez cuire 15 minutes à feu moyen : laissez le jus s'évaporer. Réservez.

2 Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Déroulez la pâte feuilletée, puis coupez 4 cercles de 12 centimètres de diamètre, en conservant le film de cuisson. Disposez-les dans 4 moules individuels de 8 centimètres de diamètre. Piquez le fond à l'aide d'une fourchette, remplissez de haricots secs ou de billes de pâtisserie. Faites cuire à blanc pendant 5 minutes.

3 Égouttez le thon. Garnissez les fonds de pâte de tomates, puis de thon et parsemez de gruyère râpé. Enfourez pour 10 minutes. Laissez tiédir, puis démoulez. Dégustez accompagné d'une salade verte.