



Crousti fraises

Phase : **Attaque, Active, Stabilisation**

Par portion | Apports de référence %

Énergie	Matières grasses	Acides gras saturés	Sucres	Sel	Protéines	Glucides
185kcal	7,0g	3,48g	6,2g	0,31g	3,9g	26,1g
9%	8%	8%	7%	6%	9%	5%

Difficulté : ★★★★★

Coût : ★★★★★

Catégorie
Dessert

Prêt en
45 min

Cuisson
30 min

Ingrédients

Pour 6 personnes

- 500 g de fraises lavées et équeutées
- 100 g de farine
- 80 g de flocons d'avoine
- 80 g de beurre demi-écrémé
- 35 g d'édulcorant cristallisé au choix
- 1 cs de sirop d'agave
- 1 pincée de sel

Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Dans un petit pêle, faire fondre doucement le beurre.
3. Dans un grand bol, à l'aide d'un mixeur, broyer grossièrement les flocons d'avoine.
4. Ajouter la farine, l'édulcorant, le beurre fondu et une pincée de sel. Bien mélanger.
5. Dans un moule à tarte de 20 cm, préalablement graissé et fariné, déposer la pâte au centre. À l'aide du dos d'une cuillère à soupe, étaler et tasser délicatement la pâte pour couvrir l'entièreté du moule et ses bords.
6. Couper 250 g de fraises en tranches de 1 cm d'épaisseur. Ajouter le sirop d'agave et bien mélanger. Les répartir sur toute la surface de la pâte et enfourner pour 30 minutes.
7. Couper les 250 g de fraises restantes en petits dés et les répartir sur la tarte refroidie.