

# FLAMMEKUECHE VÉGÉTALIEN

FLAMMEKUECHE VÉGÉTALIEN, tarte flambée alsacienne revisitée sans produits animaux avec une pâte fine sans gluten à faire soi-même, qui demande un peu d'application mais le résultat est très agréablement surprenant.




## PÂTE FLAMMEKUECHE

110 gr farine de riz  
110 gr farine de maïs  
1 sachet levure biologique  
1/2 càc sel  
1 càc gomme de guar  
180 ml eau

## GARNITURE FLAMMEKUECHE

1 pavé tofu fumé  
1 oignon  
1 brique Lait végétal au soja  
Sel - poivre  
Noix de muscade



 30 minutes  
 20 minutes  
 4 portions

## PÂTE



1. Rassembler les farines



2. Ajouter la gomme de guar



3. Ajouter la levure de boulangerie



4. Ajouter l'huile d'olive



5. Ajouter l'eau



6. Malaxer le tout pour une pâte homogène



7. Travailler la pâte en farinant un plan de travail, jusqu'à ce qu'elle soit assez souple et qu'elle ne colle plus aux doigts. La placer dans un récipient filmé et dans un endroit tiède (four à 40°) pendant 30 minutes



8. Retravailler la pâte qui a levé (alvéoles dans la pâte) en ajoutant un peu de farine, puis la placer entre deux feuilles de film étirable pour l'abaisser et éviter qu'elle ne colle au rouleau. L'étaler pour être très fine.



9. Enlever le film du dessus, fariner la surface de la pâte, puis déposer à la place une feuille de papier sulfurisé par dessus (qui deviendra le dessous dans la plaque du four), en la retournant délicatement



10. Une fois déposée sur la plaque, ajuster avec le rouleau



11. Puis enlever le film protecteur



12. Précuire la pâte environ 3 à 5 minutes à 200°C pour éviter un détrempage

## GARNITURE



13. La garniture peut être préparée à l'avance et réservée au réfrigérateur. Préparer le bloc de tofu fumé en découpant en petites allumettes comparables à des lardons



14. Préparer l'oignon en éminçant très finement



15. Préparer la crème en la vidant dans un bol



16. Ajouter à la crème l'assaisonnement (sel, poivre, noix de muscade)



17. Si la crème est trop fluide ajouter un peu de farine



18. Garnir la pâte précuite en éparpillant l'oignon émincé



19. Répartir la crème par dessus l'oignon



20. Répartir les allumettes de tofu fumé



21. Mettre à cuire à 200°C pendant 20 minutes



**22.** Votre flammekueche est prête, laissez refroidir quelques minutes et découpez des parts