

TARTE AUX COINGS ET CHEVRE

D'après la recette de Sainte Hildegarde



Pour 6 personnes

Ingrédients :

1 pâte à tarte

1 bûche de chèvre de 180 g

2 gros coings

4 tranches fines de magret de canard séché

2 noix de beurre

1 cuillère à soupe rase de sucre

10 cerneaux de noix

poivre

Peler et émincer finement les coings et les faire revenir avec le beurre, à couvert pendant 10mn. Au besoin, ajouter un fond d'eau.

Disposer la pâte à tarte dans un moule à tarte de 22 cm.

Étaler les lamelles de coing sur le fond, saupoudrer de sucre, poivrer, ajouter la bûche en rondelles, les cerneaux de noix et les tranches de magret.

Faire cuire 20mn à four préchauffé à 200°

Bienfaits d'une cure de coings selon Saintete Hildegarde

- *Arthrite*
- *Prévention des rhumatismes*
- *Riche en fer, le coing est un remède contre l'anémie*