

Recette sans gluten ni lait : tartelettes aux fraises

- Recette bio
- Recette sans gluten
- Recette sans lait



Ça y est il fait beau, on met ses doigts de pieds en éventails et on dévore les fruits de saison, les belles fraises notamment que l'on attendait tant ! On a ressorti la table de jardin et on a envie de dessert frais et gourmand, allez hop une petite tartelette aux fraises.

Pour cette version la pâte sablée est sans gluten et la crème pâtissière sans lait de vache remplacé par du lait d'amande, ce qui n'enlève rien au côté gourmand de ce dessert.



Ce dessert est pour moi l'annonce de l'été qui arrive et ça me met en joie et en appétit !

Pour 8 tartelettes

Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 10 min

Ingrédients

- [1 pâte sablé sans gluten](#)
- 250 g de fraises
- 500 ml de lait d'amande
- 2 œufs
- 60 g de farine de riz
- 80 g de sucre de canne blond
- 1 gousse de vanille
- 8 CS de gelée de groseille pour la finition

1. Préchauffez votre four thermostat 6 ou 180 °C.
2. Préparez une [pâte sablée sans gluten](#) pour les fonds des tartelettes. Étalez à la main ça sera plus facile.
3. Mettez une feuille de cuisson dessus avec un poids, des billes céramique par exemple. Puis faites cuire les fonds de tarte 10 minutes thermostat 6.
4. Sortez du four et laissez refroidir.
5. Pendant ce temps préparer la crème pâtissière. Faites chauffer le lait d'amande dans une casserole avec la gousse de vanille fendue en deux.
6. Dans un récipient cassez les œufs et battez les en omelette, ajoutez la farine et le sucre de canne blond et continuez de battre. Quand le lait d'amande boue versez doucement sur cette préparation tout en mélangeant.
7. Remettez tout dans la casserole sur feu moyen et mélangez jusqu'à épaississement. Laissez refroidir avant d'en ajoutez une couche sur les fonds de tarte.
8. Lavez les fraises et équeutez les. Coupez-les en deux et disposez les sur la crème pâtissière.
9. Faites fondre la gelée de groseille dans une casserole avant de la répartir sur les fraises.
10. Laissez refroidir et mettez une heure au réfrigérateur avant de servir.

Le conseil de Karen

Les autres recettes de fraises

[Sangria au sirop d'agave](#)

[Poêlée de fraises et de framboise à l'hémérocalle](#)

[Aspic de fraise et basilic](#)

[Milkshake à la fraise](#)

[Sorbet fraise et basilic](#)

[Glace à la fraise](#)

[Verrine de fraises et limoncello](#)