

## Tarte aux pommes végane

Salut les gourmands,

Avez-vous déjà entendu parler du Veganuary ? Veganuary est une organisation internationale qui encourage les gens du monde entier à adopter une alimentation végétane, ou du moins plus consciente, en janvier et le reste de l'année. Je trouve cette campagne ultra cool! Elle nous permet de tester de nouvelles recettes et nous sensibiliser au sujet... J'ai essayé de me nourrir de manière végétalienne pendant tout le mois de janvier l'année dernière, ce qui était franchement difficile pour moi :0)

Pour ce mois de janvier, j'avais donc envie de vous proposer une recette gourmande et végétane.

Une tarte aux pommes ultra gourmande qui plaira à tout le monde :0)

**Pour un moule à charnière de 23.5 Ø (12 parts), il vous faut :**

### Pâte sablée :

- 310gr de farine d'épeautre
- 225gr de beurre végétan (acheté à la Migros = V-love végétan bloc)
- 80gr de sucre
- 1 pincée de sel

### Crumble :

- 50gr de noix
- 240gr de farine d'épeautre
- 60gr de flocons d'avoine
- 200gr de sucre brun brut
- 120gr d'huile de colza
- 120gr de compote de pommes
- 2 pincées de sel
- 1 càc de cannelle

### Farce :

- 5 pommes
- 250gr de compote de pommes
- 130gr de sucre
- 2 càc de cannelle en poudre



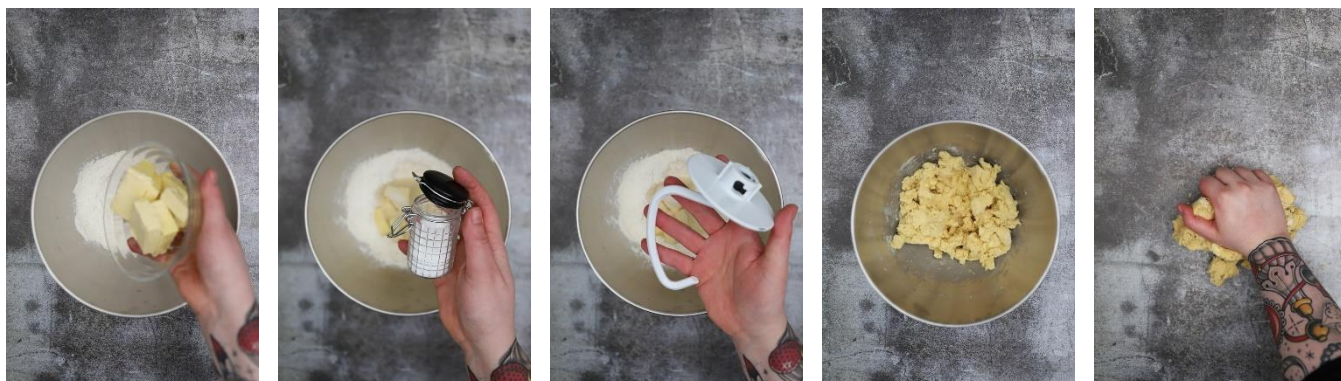
## Pâte sablée végétalienne

Versez **310gr de farine d'épeautre, 225gr de beurre végétan, 80gr de sucre et 1 pincée de sel** dans un bol.

Comme indiqué plus haut, j'ai utilisé du **beurre végétan** acheté à la Migros. C'est la marque V-Love (Vegan bloc). C'est le même visuel qu'une plaque de beurre traditionnelle et le goût est neutre.

Pétrissez brièvement les ingrédients au crochet jusqu'à l'obtention d'une texture un peu crumble. (Voir ma 4ème photo).

Une fois cette texture obtenue, terminez de pétrir la pâte à la main pour avoir une pâte lisse.



Préparez un moule à charnière de 23.5 cm et graissez-le avec du spray de démoulage.

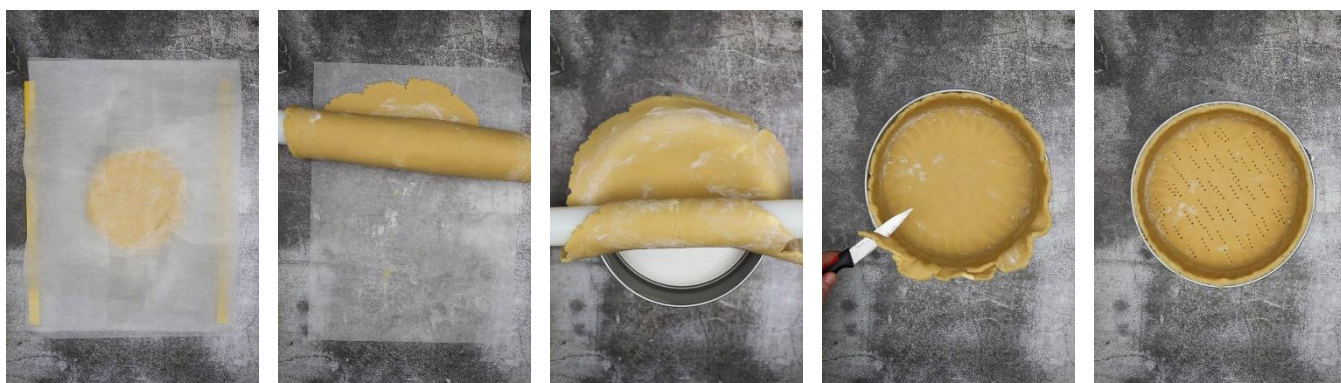
Placez la pâte entre deux feuilles de papier de cuisson et abaissez-la à **5 mm d'épaisseur** à l'aide des barrettes à biscuit et d'un rouleau à pâtisserie.

Pour que la pâte ne colle pas, j'ai saupoudré mon papier de magic roll out

Une fois la pâte abaissée, enrroulez-la sur votre rouleau et placez-la sur le moule à charnière.

Repliez les bords et pressez-les contre le moule. Coupez l'excédent avec un couteau et piquez votre fond de tarte à l'aide d'une fourchette.

Placez brièvement votre tarte au réfrigérateur (10-15 min) jusqu'à ce que les autres ingrédients soient prêts.



## Crumble

Hachez **50gr de noix**. Ici, j'ai mis mes noix dans du papier cellophane puis passé mon rouleau dessus pour les émietter.

Versez ensuite **240gr de farine d'épeautre, 60gr de flocons d'avoine, 50gr de noix hachées, 200gr de sucre brun brut, 120gr d'huile de colza, 120gr de compote de pommes et 2 pincées de sel** dans un bol.

Ajoutez encore **1 cuillère à café de cannelle** en poudre dans le bol à l'aide d'une cuillère graduée.

Fouettez le mélange jusqu'à ce que le crumble se forme.

Ce crumble est un peu plus friable et plus épais que les crumbles que l'on connaît. :o) Mais il est très savoureux grâce aux noix et aux flocons d'avoine.

Placez le crumble aux frigo le temps de faire la farce aux pommes.

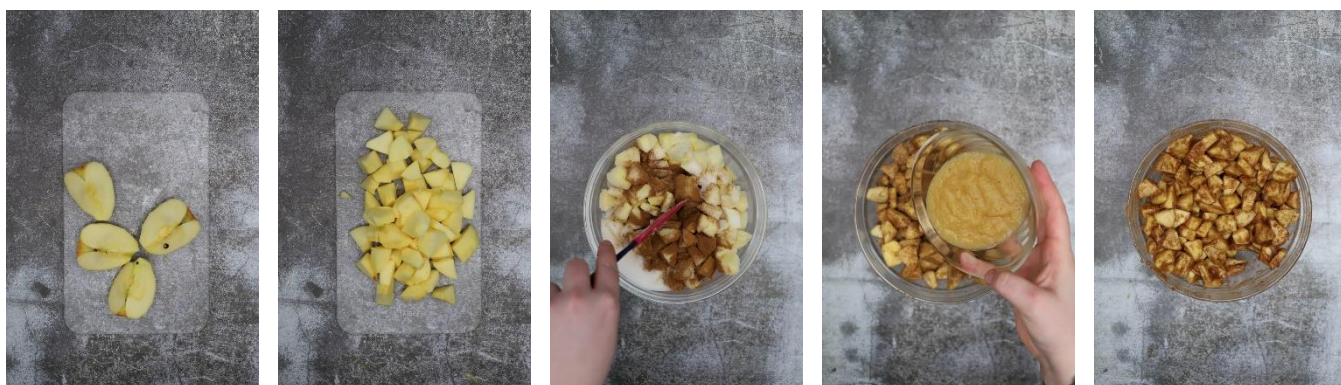


## Farce aux pommes

Préchauffez le four à **175 °C (chaleur tournante)**.

Épluchez **5 pommes**, coupez-les en quatre, retirez le centre et coupez-les en dés de 2 cm environ.

Dans un grand bol, mélangez les **5 pommes coupées** avec **130gr de sucre, 250gr de compote de pommes et 2 cuillères à café de cannelle en poudre**.



## Montage

Versez la farce aux pommes dans le moule à charnière et répartissez-la uniformément à l'aide d'une spatule.

Répartissez ensuite le crumble sur les pommes.

Enfournez votre gâteau dans le four préchauffé à **175°C (chaleur tournante)** pendant environ **50 minutes**.

Après 50 minutes de cuisson, sortez le gâteau du four et laissez-le refroidir sur une grille à pâtisserie.

Une fois le gâteau aux pommes refroidi, démoulez-le délicatement et saupoudrez-le de sucre neige.



**Et voilà, la tarte aux pommes végane est prête.**

J'espère que cette recette vous plaira :0)

Je vous souhaite un bon dimanche

Jenny

P.S. : Vous trouverez tout le matériel utilisé en bas de la recette.

