

Sortie livre : *Complètement tartes !* aux éditions Terre vivante

Les tartes ont tout pour plaire : elles sont faciles à réaliser, peuvent être cuisinées à l'avance, et s'adaptent à tous les choix alimentaires. Il suffit de les accompagner d'une salade verte pour se régaler et être rassasié !

Cependant, on peut parfois se lasser des sempiternelles quiches et pizzas... C'est donc pour dépoussiérer ces grands classiques qu'Amandine Geers et Olivier Degorce signent *Complètement tartes !* aux éditions [Terre vivante](#) .

Avec 20 recettes de pâtes, dont des pâtes sans gluten et des pâtes à déguster crues, et plus de 45 garnitures différentes, cet ouvrage donne les bases pour maîtriser pleinement l'art de la tarte et renouveler les recettes traditionnelles.



Complètement tartes !

20 recettes de pâtes
et 45 garnitures



La tarte : un plat pour tous et pour toutes les occasions !

Toutes les déclinaisons étant possibles, les tartes sont des plats polyvalents qui s'adaptent à toutes les occasions, tous les goûts et tous les appétits. On les cuisine sucrées ou salées, végétariennes, végétaliennes ou omnivores, avec ou sans gluten, crues ou cuites... et elles se dégustent froides, tièdes ou chaudes ; en entrée, en plat ou en dessert.

Ces véritables caméléons de la cuisine trouvent ainsi leur place dans toutes les occasions : une table de fête, un pique-nique ou une lunch box, un repas du soir improvisé, un déjeuner au bureau... tout est possible, à condition de savoir varier les pâtes et garnitures !



Un ouvrage qui renouvelle l'art de la tarte

Complètement tartes ! montre que la palette des tartes est infinie. L'ouvrage présente plusieurs types de pâtes originales, pour changer de la traditionnelle pâte à la farine de blé : il donne 20 recettes à base de seigle, d'épeautre, de sarrasin, de lupin ou de châtaigne.

Amandine Geers et Olivier Degorce ont aussi concocté 45 garnitures étonnantes, qui allient par exemple le chou rouge et les pruneaux, le potimarron et les champignons, le citron et les dattes, l'orange et le chocolat.

En tout, *Complètement tartes !* propose plus de 60 recettes, des quichettes aux cœurs d'artichaut et au thym à la quiche au poulet et à la coriandre, en passant par la pizza à l'ail, à la roquette et au parmesan et les tartelettes orange-chocolat sans gluten et sans œuf. Les auteurs nous livrent également tous leurs trucs et astuces pour réussir les tartes.

L'ouvrage sortira le 25 septembre 2018 aux éditions Terre vivante. Il sera vendu au prix de 12 € dans les librairies et magasins bio, ainsi que sur la [boutique en ligne Terre vivante](#).

Avec plus de 60 recettes, *Complètement tartes !* permet de varier les plaisirs sans jamais se lasser !



Les auteurs

Amandine Geers et Olivier Degorce sont cuisiniers, formateurs et photographes culinaires. En 2000, ils ont créé What's for dinner, une association qui promeut l'information, la rencontre et l'échange autour des questions d'alimentation et d'écologie, et qui propose des ateliers de cuisine saine.

Ils animent également l'émission de radio *Les fans de radis*, qui leur permet de partager avec leurs auditeurs une approche qui combine plaisir, santé et bon sens écologique. Amandine et Olivier ont signé une vingtaine d'ouvrages, dont *Aujourd'hui, je cuisine végétarien* et *Recettes saines et gourmandes pour enfants récalcitrants*.



Sommaire

Avant-propos

Introduction

1. LES PÂTES

- Pâte salée de tous les jours
- Pâte salée au seigle
- Pâte rustique à l'épeautre
- Pâte salée sans gluten au sarrasin
- Pâte salée végétalienne sans gluten au sarrasin
- Pâte salée végétalienne à l'huile d'olive et arrow-root
- Pâte salée végétalienne et sans gluten à la farine de lupin
- Pâte sucrée de tous les jours
- Pâte sucrée aux amandes
- Pâte sucrée à la châtaigne
- Pâte sucrée végétalienne et sans gluten à la farine de riz
- Pâte sucrée végétalienne à la farine d'épeautre
- ...

2. LES TARTES ET QUICHES SALÉES

- Tarte aux endives et au roquefort
- Tarte aux tomates anciennes
- Tarte aux carottes et leurs fanes
- Tarte solaire au pesto de persil et aux olives
- Tartelettes croustillantes aux champignons
- Quiche aux orties et tomme de brebis
- Gâteau de pommes de terre, ail et persil
- Tarte de potimarron aux champignons et aux noix
- Quiche aux aubergines dorées et fromage de chèvre
- Quiche aux petits pois, tétragone et feta
- Tarte aux oignons rouges et poivrons à la moutarde
- Quichettes aux cœurs d'artichaut et au thym
- Tourte au chou rouge et aux pruneaux
- ...

3. LES PIZZAS

- Pizza bianca ananas-poulet
- Pizza forestière au parmesan
- Pizza verte aux fanes de radis
- Pizza à l'ail, à la roquette et au parmesan
- Pizza aux blettes et aux oignons
- Pizza blanche fenouil-chèvre-anchois
- Pizza aux tomates cerise, mozzarella et parmesan
- Pizza au tofu et aux champignons de Paris

4. LES TARTES SUCRÉES

- Tarte aux fraises, parfum coco
- Tartelettes au chocolat et baies roses
- Tarte au citron bergamote et à la pâte de datte
- Tarte aux pommes façon crumble
- Tarte aux prunes noisette lavande
- Tartelettes crues à la patate douce et aux poires
- Tartelettes crues au kiwi et à la pâte d'abricot
- Tartelettes aux poireaux et au lait de coco
- Tarte banane-chocolat à la meringue aquafaba
- Tartelettes végétaliennes au citron et aux fruits rouges
- Tartelettes aux haricots rouges
- Tarte aux tiges de betteraves confites et amandes
- Tarte orange-chocolat sans gluten et sans œuf
- Tartelettes à l'ananas
- Tarte aux fruits secs



À propos de Terre vivante

En 2018, Terre vivante - la maison d'édition référente du livre pratique d'écologie - sort 46 ouvrages qui donnent des solutions pour vivre l'écologie au quotidien. Ces livres explorent divers thèmes, comme le jardinage bio, les soins naturels ou la maison écologique.

Plusieurs titres sont également consacrés à la cuisine saine, un sujet qui intéresse énormément les consommateurs en quête de méthodes alternatives. Terre vivante propose des sujets ou des angles innovants. Elle fait profiter ses lecteurs de son expertise de près de 40 ans dans l'écologie pratique.

Terre vivante est une maison d'édition pionnière en France en matière d'écologie et de cuisine saine.

Terre vivante est par ailleurs la seule maison d'édition à rassembler deux autres activités : la publication d'un magazine de jardinage bio intitulé *4 Saisons* et un Centre écologique situé au pied du Vercors (Isère), qui accueille visiteurs, scolaires et entreprises. Tous ses ouvrages sont imprimés en France sur du papier PEFC, respectueux de l'environnement.

Pour en savoir plus

Site web : <http://www.terrevivante.org>

Contact : Agathe Béon

Email : agathe.beon@terrevivante.org

Téléphone : 04 76 34 26 60