**TARTE DE LA MONTAGNE**

**D’après la recette de l’atelier de Christophe Michalak**

Niveau de difficulté : Délicat

Temps de cuisson : 20 minutes

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de repos : 1 Nuit + 5 Heures

**Ingrédients pour 6/8 personnes :**

**Pour le Cake moelleux pistache :**

240 g de Sucre semoule

165 g de jaunes d’œufs (Congelez les blancs)

55 g de Pâte de Pistache

125 g de Crème fraiche épaisse

50 g de Beurre

180 g de Farine T55

3 g de Levure chimique

**Pour le confit Cassis :**

375 g de Cassis (Voir conseil)

45 g de Cassonade

5 g de Pectine NH ou 4 Feuilles de Gélatine

**Pour la Chantilly Pistache :**

335 g de crème liquide à 35%

65 g de Chocolat blanc pâtissier

20 g de Pâte de Pistache (Voir conseil)

1 g de Sel

Colorant vert

**Finition :**

Myrtilles ou Cassis

Fleurs de Bouchages ou fleurs bleues comestibles

Pistaches émondées concassées

**Matériel :**

1 Cercle à pâtisserie rectangulaire de 18 x 22cm (Voir conseil)

1 Batteur à œufs

1 Mixer plongeant

Papier sulfurisé ou tapis sulfurisé

1 Poche à douille, avec douille lisse

**Préparation :**

La veille préparez la crème chantilly pistache :

Dans une casserole faites bouillir la crème avec le sel.

Hachez le chocolat et placez-le dans un saladier avec la pâte de pistache puis versez la crème bouillante dessus en plusieurs fois.

Ajoutez une goutte de colorant vert (Voir conseil)

Mixez le tout à l’aide d’un mixer plongeant.

Filmez la préparation au contact (Voir conseil) et placez-la au frais pendant une nuit.

Préparation du cake moelleux pistache :

Préchauffez le four à 165°.

À l’aide d’un fouet, mélangez le sucre avec les jaunes d’œufs et la pâte de pistache jusqu’à obtention d’un ruban.

Faites fondre le beurre et laissez refroidir.

Ajoutez ensuite la crème épaisse, le beurre fondu ainsi que la farine et la levure tamisée.

Homogénéisez le tout.

Beurrez le tour de votre cercle et posez-le sur une plaque à four recouverte de papier sulfurisé ou d’un tapis silicone.

Versez le mélange dans le moule et enfournez pendant 20 à 22 minutes.

À la sortie du four laissez refroidir le cake au frais sans ôter le cercle.

Préparation du confit cassis :

Mélangez tous les ingrédients dans une casserole, amalgamez bien et portez à ébullition.

Mixez à l’aide d’un mixer plongeant, laissez refroidir et coulez sur le cake.

Remettez au frais pendant 4 à 5 heures le temps que le confit cassis soit pris.

Montage :

Montez en chantilly au fouet la crème pistache préparée la veille, mettez la dans la poche à douille.

Sortez le cake du réfrigérateur et démoulez délicatement.

Dressez joliment la chantilly en formant des petites boules.

Parsemez de pistaches concassées et de myrtilles ou cassis.

Pour finir ajoutez quelques fleurs de bouraches ou autres harmonieusement.

**Conseil :**

Les cassis surgelés sont parfaits pour cette recette et utilisez encore congelés pour la préparation du confit cassis.

Vous pouvez trouver la pâte de pistaches sur internet ou dans certains magasins bio.

Faites l’acquisition d’un cercle à pâtisserie rectangulaire réglable (sur internet) ça n’est pas onéreux et vous pourrez ainsi réaliser des gâteaux de tailles différentes.

Le colorant vert doit être incorporé très prudemment, commencez par une goutte et augmentez si nécessaire. On cherche à obtenir une teinte vert pistache pâle et non vert salade fluo.

Pour filmez la préparation au contact il suffit de poser le film directement sur la crème sans laisser passer d’air, cela évite la formation d’une croute.

**Côté forme :**

**Le cassis** a toujours eu la réputation d’avoir des **effets bénéfiques sur la santé**. On a traditionnellement utilisé **ses feuilles** pour préparer des infusions destinées à lutter contre **les rhumatismes, les phénomènes inflammatoires et les troubles de la micro circulation.**

Ce fruit est particulièrement **riche en eau** puisqu’il en contient environ 80 %. Le cassis fait partie des fruits **modérément sucrés**  C’est par ailleurs un fruit **moyennement calorique** contenant 50 calories pour 100 g.

Le cassis est un fruit particulièrement riche en **fibres**. 100 g de cassis contiennent en effet environ 7 g de fibres, dont une large majorité de fibres insolubles. Ces dernières, combinées aux fibres solubles que constitue la pectine, font du cassis un fruit jouant un **rôle régulateur important pour le transit intestinal**.

Sa teneur exceptionnelle en **vitamine C** distingue le cassis des autres fruits. Cette vitamine aide l’organisme à lutter contre les agressions extérieures. Il renferme également des quantités intéressantes de **vitamine E** . Ces vitamines ont une **activité anti-oxydante** qui permet à l’organisme de **lutter contre le processus de dégénérescence cellulaire et les phénomènes inflammatoires.** L’effet de ces vitamines est par ailleurs accru par la présence de substances parfois appelées "**vitamine P**".

Ce fruit apporte enfin à votre organisme des **minéraux**, en particulier du **potassium**. Viennent ensuite le **magnésium et le fer**. On trouve également dans le cassis de très nombreux **oligo-éléments**. Il est par ailleurs très riche en **pigments**, dont beaucoup sont bénéfiques pour la santé. Certains de ces pigments interviennent dans **la formation du pigment actif de la rétine, contribuant ainsi à protéger l’œil des agressions lumineuses**.