**TARTE « UVA DI SICILIA »**

**Ma Création**

Niveau de difficulté : Facile

Temps de cuisson : 35 minutes

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de repos : 0

**Ingrédients pour 6/8 personnes :**

1 Pâte brisée

30 g de Beurre

600 g de Raisins blancs de Sicile

2 Cuillères à Soupe de Cassonade

20 g de Grappa (alcool de raisin italien)

2 Œufs

80 g de Sucre en poudre

30 cl de Crème liquide entière

40 g de poudre d’Amandes

20 g d’Amandes effilées

1 Grosse cuillère à soupe de Sucre glace

**Matériel :**

1 Moule à tarte

**Préparation :**

Égrainez et lavez le raisin.

Faites fondre le beurre dans une poêle anti adhésive avec la cassonade, ajoutez les grains de raisins et laissez légèrement caraméliser.

Une fois caramélisé laissez la poêle sur le feu et flambez avec la grappa.

Retirez du feu, égouttez les en gardant le jus qu’ils ont rendu et laissez refroidir.

Dans un saladier battez les œufs avec le sucre, la crème liquide et le jus des raisins refroidi.

Préchauffez votre four à 190°.

Étalez la pâte dans le moule en gardant le papier sulfurisé en-dessous et parsemez la de la poudre d’amandes.

Disposez sur le dessus les grains de raisins et recouvrez avec la préparation aux œufs.

Enfournez pour 20 minutes et parsemez la tarte d’amandes effilées, saupoudrez avec le sucre glace et enfournez à nouveau pour 10 à 15 minutes.

Servez tiède ou à température ambiante.

**Conseil :**

J’ai choisi du raisin blanc italien car il est très sucré mais vous pouvez opter pour celui de votre choix.

La grappa est une eau de vie italienne de raisins, si vous n’en avez pas ou que des enfants vont participer à la dégustation de cette tarte remplacez la par la même quantité de jus de pomme.

Saupoudrez la tarte avec le sucre glace passé à travers un petit chinois afin de ne pas avoir de gros paquets. Cette opération fera dorer et briller votre tarte.

J’ai choisi de la pâte brisée mais vous pouvez également utiliser une pâte feuilletée, dans les deux cas disposez la pâte dans votre moule avec le papier sulfurisé qui la protège lors de l’achat, le démoulage en sera nettement facilité.

**Coté forme :**

Le raisin est l'un des fruits les plus énergétiques et affiche un apport de **72 kcal/100 g**, autant que la figue fraîche, mais toutefois moins que la banane.

Sa richesse en **glucides** est très bien utilisée par l'organisme grâce à la présence intéressante de**vitamines B,** qui participent à la **bonne assimilation des glucides et au bon fonctionnement du système nerveux et musculaire.**

Le raisin est donc un grand fournisseur de tonus, qui a sa place dans **l'alimentation des enfants et des sportifs.**

De plus, il renferme des **polyphénols**, des substances aux effets antioxydants et bonnes pour **réguler le taux de mauvais cholestérol**..

Le raisin est aussi le fruit de l'élimination par excellence. Gorgé d'**eau** et de minéraux notamment de **potassium**, il possède des **vertus diurétiques et drainantes** reconnues. Il est également laxatif grâce à sa teneur intéressante en **fibres**, présentes avant tout dans la peau et les pépins.
Il parvient en outre, de par sa richesse en **acides organiques**, à procurer une sensation très rafraîchissante, tout en rééquilibrant le milieu interne. Pas étonnant alors qu'on ait souvent préconisé des cures uvales afin de désintoxiquer l'organisme. D'autant que ces belles grappes arrivent au retour de l'été, à l'heure des bonnes résolutions de la rentrée !