



FICHE RECETTE

Tarte sablée aux fraises, crème légère à la maquée et miel au thym

Une tarte aux fraises fraîche et très locale, pensée pour mettre le fruit au premier plan : une pâte sablée au beurre de ferme, une crème légère à la maquée, des fraises simplement miellées et une touche de thym citronné. L'esprit est celui d'une tarte de pâtisserie traditionnelle, avec un ancrage gourmand dans les circuits courts du Hainaut.

Ingrédients pour 4 personnes

- 450 à 500 g de fraises fraîches du Hainaut, idéalement des Fraises de Besonrieux
- 150 g de farine artisanale
- 75 g de beurre fermier froid
- 45 g de sucre fin ou de cassonade blonde
- 1 jaune d'œuf
- 1 pincée de sel
- 1 à 2 cuillères à soupe d'eau froide ou de lait, si nécessaire
- 150 g de maquée ou de fromage frais local
- 8 cl de crème fraîche entière
- 2 cuillères à soupe de miel local
- Le zeste fin d'un demi-citron non traité
- 1 cuillère à café de jus de citron
- Quelques feuilles de thym citronné ou de menthe fraîche
- Facultatif : 30 g de chocolat blanc ou noir très doux pour protéger le fond de tarte

Informations de préparation

	Personnes	4
	Préparation	30 min
	Repos	30 min
	Cuisson	18 à 20 min
	Difficulté	Facile
	Coût	Moyen
	Saison idéale	Mai à juillet

Produits à privilégier

- Fraises de pleine saison issues d'un producteur du Hainaut, avec une préférence pour les circuits courts.
- Beurre, crème fraîche, maquée ou fromage frais provenant d'une ferme ou d'une laiterie locale.
- Miel d'un apiculteur du Hainaut, utilisé avec légèreté pour parfumer les fraises.
- Farine artisanale, œufs de ferme et herbes fraîches locales lorsque c'est possible.

Déroulé clair et précis

- 1 Préparer la pâte sablée : mélanger la farine, le sucre et le sel. Ajouter le beurre froid coupé en petits dés, puis sabler du bout des doigts jusqu'à obtenir une texture fine.
- 2 Incorporer le jaune d'œuf. Ajouter un peu d'eau froide ou de lait seulement si la pâte manque de souplesse. Former une boule, l'aplatir légèrement, la filmer et la laisser reposer 30 minutes au frais.
- 3 Préchauffer le four à 180 °C. Étaler la pâte et fonder un petit moule à tarte d'environ 20 cm de diamètre. Piquer le fond avec une fourchette.
- 4 Cuire le fond de tarte à blanc pendant 15 minutes avec un papier cuisson et des billes de cuisson ou des légumes secs. Retirer le papier et poursuivre la cuisson 3 à 5 minutes, jusqu'à légère coloration. Laisser refroidir.
- 5 Si vous utilisez le chocolat, le faire fondre doucement puis en badigeonner une très fine couche sur le fond de tarte refroidi. Cette astuce garde la pâte bien croustillante.
- 6 Préparer la crème : fouetter la maquée avec la crème fraîche, 1 cuillère à soupe de miel et le zeste de citron. La texture doit être souple, fraîche et légèrement aérienne. Réserver au frais.
- 7 Rincer rapidement les fraises, les équeuter puis les couper en deux ou en quartiers selon leur taille. Mélanger 1 cuillère à soupe de miel avec le jus de citron et quelques feuilles de thym citronné ou de menthe.
- 8 Étaler la crème à la maquée sur le fond de tarte. Disposer harmonieusement les fraises par-dessus, en commençant par le bord et en revenant vers le centre.
- 9 Badigeonner légèrement les fraises avec le miel citronné. Servir frais, idéalement après 10 à 15 minutes de repos au réfrigérateur.

Informations complémentaires utiles

📍 Alternatives et astuces

- La maquée peut être remplacée par un fromage frais fermier, du mascarpone belge ou un yaourt égoutté pour une crème plus légère.
- Le miel peut laisser place à un sirop de pommes ou de poires, qui apporte une note fruitée très locale.
- La fine couche de chocolat fondu est facultative, mais elle protège le fond de tarte de l'humidité de la crème.
- Éviter de faire mariner les fraises trop longtemps : elles rendraient trop de jus et perdraient leur tenue.

📍 Accompagnements, vins et dressage

- Accompagnements : une boule de glace vanille artisanale, un sorbet fraise ou quelques fraises fraîches servies à part.
- Accords vins : un effervescent belge rosé brut ou demi-sec accompagne très bien les fraises, la crème et le miel. Un blanc doux léger peut convenir si la tarte est servie plus sucrée.
- Sans alcool : infusion froide de menthe, limonade artisanale au citron ou jus de pommes local légèrement pétillant.
- Dressage : alterner fraises entières, demi-fraises et quartiers pour donner du relief. Ajouter les herbes fraîches et le zeste de citron juste avant le service.

📍 Origine et référence

📍 Recette originale proposée pour Hainaut Terre De Goûts, inspirée de la tarte aux fraises classique de pâtisserie, généralement composée d'un fond sablé, d'une crème et de fruits frais. Cette version privilégie les produits locaux et les circuits courts : fraises du Hainaut, maquée ou fromage frais fermier, beurre de ferme et miel d'un apiculteur local.

📍 Conseils et recommandations

- Sortir les fraises quelques minutes avant le dressage pour qu'elles expriment mieux leur parfum.
- Bien laisser refroidir le fond de tarte avant d'ajouter la crème afin de conserver une texture nette.
- Servir la tarte le jour même : la pâte reste plus croustillante et les fraises gardent tout leur éclat.
- Pour une découpe propre, utiliser un couteau fin légèrement tiédi puis essuyé entre chaque part.