

Plat principal

Portions : 4

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 45 minutes

Conservation :

- Environ 3 jours au réfrigérateur
- Se congèle jusqu'à 3 mois

Gâteau renversé à la viande



30 ml (2 c. à soupe)
d'**huile de canola**



1 **oignon jaune**,
pelé et haché



375 g (¾ lb) de **bœuf haché**
**Vous pouvez le remplacer par
une autre viande hachée.**



1 boîte (284 ml)
de **crème de tomates**



Sel et poivre,
au goût



375 ml (1 ½ tasse)
de **farine tout usage**



15 ml (1 c. à soupe)
de **poudre à pâte**



5 ml (1 c. à thé)
de **paprika**



60 ml (¼ tasse) de **beurre**
ou de margarine,
à température de la pièce



160 ml (2/3 tasse)
de **lait**

On l'accompagne :

- + de légumes (ex. : salade)
- + d'un fruit
- + d'un verre de lait ou d'un de ses substituts.

Préparation

- 1 Placer la grille au milieu du four et préchauffer le four à 230°C (450°F). Huiler le fond d'une assiette à tarte.
- 2 Dans une grande poêle, chauffer l'**huile** à feu moyen-vif. Cuire l'**oignon** et le **bœuf haché** 8 minutes ou jusqu'à ce que le bœuf ne soit plus rosé. Mélanger de temps en temps avec une cuillère en bois et défaire la viande en petits morceaux.
- 3 Ajouter la **crème de tomates** et mélanger. Faire bouillir, puis baisser à feu moyen-doux et cuire 10 minutes en mélangeant de temps en temps. **Saler** et **poivrer** au goût.
- 4 Pendant ce temps, dans un grand bol, mélanger à la fourchette la **farine**, la **poudre à pâte** et le **paprika**. Ajouter le **beurre** et le **lait**, puis mélanger et former une boule de pâte. Mettre de côté.

Astuce: Vous pouvez utiliser vos mains pour mélanger et former la boule de pâte.

- 5 Une fois la préparation de bœuf cuite, la verser au fond de l'assiette à tarte.
- 6 Étendre la pâte à la main pour former un cercle de la taille de l'assiette à tarte et recouvrir la viande. Renfoncer les bordures de la pâte vers l'intérieur de l'assiette et cuire au four 20 minutes.

Variante: Vous pouvez ajouter 250 ml (1 tasse) d'épinards hachés entre la viande et la pâte.

- 7 Une fois la préparation tiédie, placer une assiette ou une planche à découper sur l'assiette à tarte et retourner d'un seul coup. Retirer l'assiette à tarte, puis trancher le gâteau en 4.

Participation de l'enfant

1 an et +

- Verser et mélanger les ingrédients

2 ans et +

- Chercher avec vous les ingrédients de la recette
- Remplir les tasses et les cuillères à mesurer
- Huiler l'assiette à tarte