

# Recette médiévale

Les tourtes et  
tartines

On retrouve des recettes de **tartes et de tourtes** dans plusieurs livres de recettes comme dans le **Viandier** de Guillaume Tirel ou dans le Registrum Coquine de **1430** écrit par Jean de Bockenheim, cuisinier allemand du pape Martin V. Les tartes ou les tourtes s'adressent à toutes les classes sociales. Elles sont **faciles** à faire, se **conservent** bien et sont faciles à manger.

## Pour un goûter idéal...

### Il te faut :

**Pain** de campagne, aux céréales, ...  
Du **fromage** frais à tartiner  
Des **raisins** secs  
Des **herbes aromatiques** (ciboulette, persil, menthe...)  
Des **noix**

Des **fleurs** comestibles (pétales rose, fleur de bourrache, pétale de soucis, fleur de lavandes, ...)  
Un **couteau à pain**  
Un **couteau**  
Une paire de **ciseaux** propre

### Recette :

À l'aide des ciseaux, coupe la ciboulette en petit morceau.

Lave soigneusement les fleurs sans les abîmer ainsi que les herbes aromatiques.

Coupe le pain en grosses tranches pour que ta tartine ne se casse pas. A l'aide d'un couteau, étale généreusement le fromage frais sur la tranche.

Mets les ingrédients que tu veux sur le fromage. Chacun fait sa tartine selon ses goûts !



Raisin, menthe,  
ciboulette



Soucis, rose, bourrache,  
lavande, ciboulette



N'oublie pas ton verre d'hypocras pour un goûter encore plus rafraîchissant.