



l'Atelier
by Madada

Briouates au fromage de chèvre et aux légumes

Temps de préparation: 35 à 40 minutes

Temps de cuisson: 15 à 20 minutes

Pour une personne

Ingrédients :

- 2 feuilles de brick
- 1 cuillère à soupe de fromage de chèvre
- 1 carotte épluchée et râpée
- 1 courgette épluchée et râpée
- ¼ d'oignon finement haché
- Sel et poivre
- Noix de muscade râpée
- Un peu de menthe
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de margarine

Préparation:

Pour la farce au fromage

Mettez le fromage de chèvre dans un bol, ajoutez une pincée de sel, de poivre, une cuillère à soupe de menthe finement hachée et une pincée de noix de muscade râpée. Mélangez bien de façon à ce que l'ensemble pénètre bien le fromage.

Pour la farce aux légumes

Mettez l'oignon haché dans une poêle, ajoutez une cuillère à soupe d'huile d'olive et faites saisir sur feu moyen. Une fois l'oignon saisi, ajoutez les carottes râpées et laissez cuire sur feu doux environ dix minutes ou jusqu'à ce qu'elles se réduisent. Ajoutez une cuillère à café de margarine, puis les courgettes et continuez à cuire jusqu'à ce que l'ensemble de légumes soient bien cuit, cela peut prendre de 5 à 7 minutes. Éteignez le feu et laissez refroidir. Salez et poivrez.

Pliage des briouates

Avec les feuilles de brick, coupez de grandes bandes rectangulaires. Placez ensuite une cuillère à soupe de farce à l'une des extrémités puis repliez ou roulez de façon à former un triangle, un rectangle, ou un cylindre. Veillez à bien couvrir la farce.

Cuisson

Placez les briouates sur une plaque puis enfournez sur chaleur tournante 15 à 20 minutes à 180° C ou jusqu'à ce que l'ensemble de la pâte soit bien dorée.

Bon appétit !