

Samossa au surimi

foodType.0101



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :30 min

Temps de cuisson/repos :15 min

Calories par portion : 219 Kcal

Charge glycémique par portion: 3.151

Les ingrédients

- 150.0 gr Feuille de brick
- 1.0 u Oignon
- 3.0 cs Petit pois
- 1.0 cs Persil
- 1.0 u citron
- 200.0 gr Batonnet surimi
- 5.0 cs Huile d'Olive
- 2.0 p Coriandre
- 1.0 p Sel
- 1.0 p Poivre

Préparation de la farce à Samossa

Dans un saladier, mélangez: les miette de surimi, l'oignon haché finement, les petits pois, la coriandre, le jus du citron, 2 cuillère à soupe d'huile d'olive, le sel et le poivre. Laissez mariner 30min au frigo. Avant de farcir les feuilles de brick, veuillez à bien égoutter cette préparation.

Préchauffer le four à 180°C (Th6)

Réalisation des Samossa

Mettre le restant d'huile d'olive dans une tasse. Coupez les feuilles de brick en deux. Badigeonnez- les d'huile d'olive avec un pinceau. Déposez une cuillère à café de préparation et suivez les instructions de pliage indiqué sur l'emballage des feuilles de brick. Déposez les dans un plat tefal, et badigeonnez le dessus d'huile.

Cuisson

Faites cuire au four pendant 15 min ou faites les frire à la poêle dans de l'huile d'arachide.

Présentation

Servir chaud avec une salade.