

Briouates aux légumes épicés

5 pers | 40 mn

Les **ingrédients**

- 10 feuilles de brick, coupées en deux
- 1 courgette
- 1 carotte
- 150 g de chou blanc
- 1 poivron rouge
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- Persil
- Coriandre
- Cumin
- Sel
- Poivre
- Huile d'olive

La **recette**

Etape 1

Couper la courgette, la carotte et le poivron en petits dés. Râper le chou blanc en fines lamelles. Émincer l'oignon et hacher la gousse d'ail.

Etape 2

Dans une poêle avec un filet d'huile d'olive, faire revenir l'oignon jusqu'à ce qu'il soit translucide. Ajouter l'ail, les dés de carotte, courgette, poivron et le chou râpé. Faire cuire à feu moyen pendant 10 min.

Etape 3

Ajouter le cumin, du sel et du poivre. Incorporer le persil et la coriandre ciselés. Mélanger et laisser refroidir.

Etape 4

Prendre une demi-feuille de brick. Placer une cuillère de farce sur une extrémité, puis plier la feuille en triangles jusqu'à bien fermer la briouate. Répéter l'opération avec le reste des ingrédients.

Etape 5

Faire chauffer de l'huile dans une poêle ou une friteuse. Faire frire les briouates jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées et croustillantes. Les égoutter sur du papier absorbant

Etape 6

6. Servir les briouates chaudes avec une salade ou une sauce au choix.