

Croustillants de courgette et feta

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 4 feuilles de brick
- 1 courgette
- 150 g de feta
- 1 gousse d'ail
- Une dizaine de feuilles de menthe
- Sel, poivre
- Huile d'olive
- 1 oeuf

Préparation :

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Coupez finement l'ail (en ôtant le germe) et découpez la courgette en tout petits dés.
3. Faites revenir le tout à la poêle dans un peu d'huile d'olive à feu moyen pendant 10 min.
4. Ecrasez la fêta à la fourchette, ajoutez le poivre et la menthe ciselée. Mélangez bien puis ajoutez les dés de courgette.
5. Déposez un peu de cette préparation au centre de la feuille de brick puis repliez-la comme une enveloppe.
6. Badigeonnez chaque feuille de brick de l'oeuf battu.
7. Cuire au four 15 min environ.

Présentation :

Vous pouvez servir ces croustillants en entrée, en plat accompagnés d'une salade ou encore en faire en version mini (petits triangles) pour l'apéritif.



Variantes :

Variez les légumes (tomates, aubergines, poivrons, carottes, etc.), les fromages (chèvre, mozzarella, ricotta, etc.) et les herbes (basilic, thym, persil, coriandre, etc.). Vous pouvez également ajouter des épices (curry, cumin, etc.).