



Bricks, beignets, feuilletés

Croustillants de courgettes et carottes à la féta



40 min **30 min** **10 min** **0** **510**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les croustillants

12 **Feuille(s) de brick**
2 **Courgette**
3 **Carotte(s)**
200 g **Feta**
1 **Oignon(s)**
50 g **Beurre**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la garniture aux légumes et à la feta

- 1 Peler les carottes, les râper. Réserver.
- 2 Laver et sécher les courgettes puis les râper.
- 3 Eplucher et émincer finement l'oignon.
- 4 Faire chauffer de l'huile d'olive dans une sauteuse, mettre les oignons et les faire revenir sur feu doux pendant 3 minutes.
- 5 Ajouter les carottes, les mélanger aux oignons, couvrir et laisser cuire pendant 5 minutes environ.
- 6 Ajouter les courgettes, mélanger, couvrir et laisser cuire à nouveau 5 minutes.
- 7 Goûter, saler et poivrer.
- 8 Emietter la feta dans un bol et réserver.

Étape 2

Préparation des bricks

- 1 Préchauffer le four sur 210°C (Th.6-7).
- 2 Poser une grosse cuillerée de légumes au bord d'une feuille de brick.

- 3 Parsemer de feta. Rabattre le bas de la feuille sur le mélange, rouler une fois puis rabattre chaque côté et rouler de façon à former un rectangle.
- 4 Sceller l'envers du croustillant à l'aide d'un pinceau trempé dans du beurre fondu puis badigeonner le croustillant de beurre fondu.
- 5 Procéder de même pour chaque croustillant. Mettre sur une plaque de four et enfourner pendant 5 à 10 minutes environ, jusqu'à ce que les croustillants soient bien dorés.

Étape 3

Dressage

- 1 Sortir les croustillants du four et servir chaud.