

Bricks à la Viande Hachée, Menthe, Carottes et Courgettes

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- FILET AMERICAIN	350g
- COURGETTE(S)	1
- CAROTTE(S)	2
- ÉCHALOTE(S)	1
- AIL EN POWDRE	
- MENTHE FRAICHE	10-12 feuilles
- PÂTE BRIQUE OU FILO	7-8 feuilles
- HUILE D'OLIVE	
- SAUCE AIGRE DOUCE	en accompagnement
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Râpez la courgette et les carottes finement.
- Emincez finement l'échalote.
- Faites-le revenir dans une poêle avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.
- Quand l'échalote est translucide, ajoutez les courgettes et carottes râpées. Laissez cuire pendant 5 minutes en remuant. Salez, poivrez et ajoutez un peu d'ail en poudre. Laissez bien les légumes s'attendrir. Réservez sur une assiette.
- Grillez alors la viande hachée dans la même poêle puis salez et poivrez. Emiettez la viande à l'aide d'une fourchette.
- Retirez du feu puis intégrez les légumes pré-cuits, la menthe ciselée et le fromage râpé. Laissez refroidir complètement.
- Huilez une demi-feuille de brique puis farcissez-la du mélange refroidi.
- Déposez les nems sur une plaque de cuisson.
- Préchauffez le four à 200°C.
- Enfournez 15 minutes afin d'obtenir une belle dorure. Retournez les bricks à mi-cuisson.
- Epongez-les légèrement sur du papier absorbant.
- Servez sans attendre et accompagnez de sauce aigre-douce.

Remarque:

Pour 14-15 pièces