

SAMOUSSAS POULET & PETITS POIS



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- 7 feuilles de brick
- Filets de poulet 150g
- 2 beaux oignons (= 180g)
- 2 grosses gousses d'ail
- Petits pois cuits 150g (= 1 petite boîte de conserve)
- Curry ½ càc
- Ras el hanout ½ càc
- Herbes aromatiques au choix : estragon ou coriandre ou basilic
- Huile de tournesol (ou olive) : 50mL

Astuces :

- Pour une cuisson plus saine, cuire les samoussas au four à 180°C pendant 10 à 20 minutes, penser à les retourner pour qu'ils soient dorés des 2 côtés.
- Remplacer les petits pois par des tomates séchées.

Préparation : 20 minutes | Cuisson : 30 minutes
Pour 14 samoussas environ

1. Sur une planche à découper : éplucher les oignons et les couper en petits cubes.
2. Éplucher les gousses d'ail et les couper finement.
3. Découper le poulet en petits morceaux.
4. Égoutter la conserve de petits pois et les rincer à l'eau pour enlever l'excédent de sel/sucre.
5. Dans une poêle sur feu moyen, verser un peu d'huile d'olive (2 càs). Faire revenir l'ail et les oignons jusqu'à ce qu'ils soient fondants et ajouter le poulet.
6. Ajouter les petits pois, les épices, les herbes finement ciselées et le poivre. Réserver ce mélange à part.
7. Découper les feuilles de brick en 2 et former les samoussas (voir indications sur le paquet de bricks).
8. Dans une poêle, verser le restant d'huile et la faire chauffer sur feu moyen. Faire cuire les samoussas en les retournant pour qu'ils soient dorés des 2 côtés.
9. Les laisser reposer sur du papier absorbant (pour enlever l'excédent d'huile) avant de déguster.



@Recettes100faim.fr