

Bricks à la patate douce, aux haricots et au thon



“ Une recette réalisée pour les petits de la crèche [Giving tree](#) hier midi ! J'ai préféré ajouter de la poudre d'ail plutôt que de l'ail frais, son goût étant trop prononcé pour les petits palais. ”

Les Ingrédients :

Pour 40 petits bricks :

- 10 feuilles de bricks
- 2 [patates douces](#) de taille moyenne
- 150 g de [haricots](#) verts
- 150 à 200 g de thon au naturel
- 150 à 200 g d'emmental râpé
- 1 pincée de coriandre moulue
- 1 pincée de paprika doux
- 2 pincées d'[ail](#) en poudre
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Les Étapes :

Équeutez les haricots. Réservez.

Épluchez les patates douces que vous ferez cuire à la l'eau pendant environ 20 minutes ou le temps que la pointe d'un couteau pénètre facilement la chair. Après 12 minutes de cuisson, ajoutez les haricots aux patates douces.

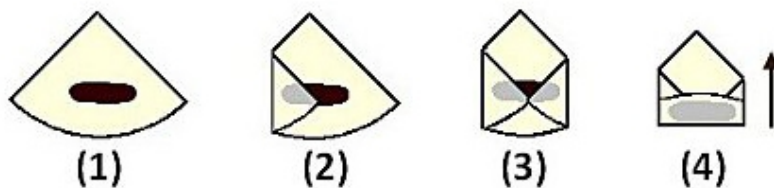
Écrasez les patates douces à l'aide d'une fourchette. Ajoutez le thon émietté, les haricots coupés en petits morceaux, le fromage, l'ail en poudre, la paprika et la coriandre.

Salez et poivrez.

Rectifiez la consistance de la farce en ajoutant de l'huile d'olive. La consistance doit être onctueuse.

Coupez les feuilles de brick rondes en 4 quarts.

Répartissez la farce et pliez-les comme suit :



Déposez les bricks sur une plaque de cuisson. Badigeonnez-les d'huile d'olive.

Faites-les cuire à 200°C pendant 10 à 15 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.

Dégustez !

Et Que Dire De Plus ?

→ Ajoutez une petite botte de ciboulette à la préparation et/ou de la coriandre fraîche.

© Les Papilles Estomaquées...2015

<http://papillesestomaquees.fr/bricks-a-la-patate-douce-aux-haricots-et-au-thon/>