

Samosa poulet et curcuma



Temps de préparation :

20 minutes



Temps de cuisson :

20 minutes



Temps total :

40 minutes

Pour cette recette, il te faut (pour 12 samosas) :

6 feuilles de brick

1 c.c. de curcuma

2 blancs de poulet

1 citron bio

1 oignon

Env. 2 cm de gingembre frais

Sel

Ghee (= beurre clarifié)



Pour réaliser la recette :

1. Détailler les blancs de poulet en petits cubes et réserver
2. Eplucher et émincer finement l'oignon
3. Eplucher à l'aide d'une cuillère à café env. 2 cm de gingembre frais
4. Dans un bol, placer les cubes de blancs de poulet, l'oignon émincé, le gingembre frais écrasé à l'aide d'un presse-ail, le zeste d'un citron bio, le curcuma et le sel et mélanger
5. Créer une « colle à samosa » en mélangeant env. 2 c.s de farine avec 2 c.s. d'eau et rectifier si nécessaire pour obtenir un mélange pas trop liquide
6. Couper la feuille de brick en 2 afin d'obtenir un demi-cercle
7. Rabattre le côté arrondi et le coller avec la « colle à samosa » pour obtenir une sorte de rectangle
8. Placer la farce sur le côté gauche de la feuille de brick en formant un triangle
9. Rabattre le coin en bas à gauche sur le haut à droite (la feuille de brick doit couvrir la farce) puis redescendre, remonter, toujours en croisant et en formant un triangle, jusqu'à arriver au bout du « rectangle »
10. Les disposer sur une plaque allant au four, faire fondre un peu de ghee et les badigeonner avec avant d'enfourner env. 20 min. à 200°

Coin des astuces

- Les samosas sont le genre de préparation idéale à préparer en grande quantité à l'avance et à congeler ensuite (avant de les cuire au four)
- Ils se conservent environ 3 mois au congélateur et gardent tout leur croquant lorsqu'ils sont dorés au four au moment de les décongeler
- Le poulet, comme pour tous produits d'origine animale, s'il a été nourri convenablement de son vivant, sera plus qualitatif sur le plan nutritionnel
- Les labels bio sont en général gage que l'animal a été nourri de façon plus qualitative