Brick à l'oeuf et aux épinards

10/12/2019 à 15h17

Par Paul Blouet

Temps de préparation : 3 min

Temps de cuisson : 5 min

Pour 1 personne(s)

Ingrédients :

- 1 feuille de brick
- 1 œuf
- 1 poignée d'épinards frais épluchés, lavés
- ½ gousse ail haché
- 1 filet d'huile d'olive

Préparation :

- Faites chauffer le four à 180 °C;
- Faites tomber l'ail dans une casserole avec un filet d'huile d'oliveL Faites revenir pendant 1 minutes puis ajoutez les épinards. Assaisonnez et remuez à la spatule 2 à 3 minutes, pas plus. Débarrassez puis égouttez les épinards;
- Repliez deux fois la feuille de brick, posez les épinards et cassez l'œuf par-dessus; salez, poivrez, repliez rapidement pour former un triangle;
- Posez sur la plaque de cuisson, côté épinards;
- Faites cuire au four à 180°C, pendant 5 minutes ou à la poêle avec un filet d'huile d'olive, 2 minutes maximum de chaque côté.

L'astuce du chef :

Vous pouvez les faire plus petits avec des œufs de caille. L'emballage des feuilles de brick vous donne les indications nécessaires au pliage.