

Feuilletés aux épinards et au chèvre

C'est rigolo un enfant quand même. La mienne par exemple, quand elle était bébé, adorait les épinards. Mais vraiment, il fallait racler à fond son petit pot de purée verte sous peine de la voir se transformer en Chucky.

Et aujourd'hui, allez savoir pourquoi, Mademoiselle a décrété qu'elle n'aimait plus ça, entre autres. Elle est tellement filoute qu'elle pourrait, si elle n'avait pas que 3 ans, vous argumenter que son ADN ne supporte aucune forme de légume. Mais sa maman est encore bien plus filoute, elle. Enroulées dans des spirales de pâte feuilletée, eh bien on ne les distingue plus, ces petites feuilles vertes qui font tellement peur à notre progéniture. Et hop, ni vu ni connu, en quelques bouchées croustillantes, ma fille a englouti son quota hebdomadaire de légumes. Chucky s'est transformé à présent en Popeye !

Et chez vous, quelle est votre astuce pour faire manger des légumes aux petits ?

[Imprimer](#)

Feuilletés aux épinards et au chèvre

Auteur: Piment-Oiseau

Temps de préparation: 30 minutes

Temps de cuisson: 30 minutes

Temps total: 1 hour

Pour 4 personnes

Ingredients

- - 1 rouleau de pâte feuilletée surgelée
- - 300 g [d'épinards surgelés](#)
- - 300 g de chèvre frais
- - 2 échalotes
- - 1 gousse d'ail
- - 25 g de beurre
- - sel
- - poivre
- - 1 pincée de noix de muscade
- - 1 oeuf battu

Instructions

1. Laissez décongeler la pâte feuilletée.
2. Emincez les échalotes et les faire suer dans une poêle avec le beurre. Ajoutez l'ail écrasé et faites revenir 1 minute. Incorporez les épinards encore surgelés et remuez jusqu'à ce qu'ils soient complètement cuits. Assaisonnez de sel, poivre et noix de muscade. Faites cuire encore jusqu'à ce que toute l'humidité soit évaporée. Laissez refroidir complètement la préparation.
3. Ecrasez le chèvre à la fourchette puis étalez-le délicatement sur la pâte feuilletée déroulée. Répartissez les épinards au-dessus, en couche fine. Roulez la pâte en la serrant bien dans du papier sulfurisé, puis laissez reposer ce cylindre au frais pendant 30 minutes.
4. Faites préchauffer le four à 180°C. Coupez le cylindre en tronçons d'environ 2 cm de large et déposez-les sur une plaque. Badigeonnez le pourtour avec l'oeuf battu et enfournez pour 30 min. Dégustez tiède.

Astuce : cette recette peut se préparer la veille, en conservant les tronçons au frais toute la nuit,

Y a pas que les frites dans la vie

Pimenté par TOUPARGEL

<http://yapasquelesfritesdanslavie.fr>

avant de les enfourner le lendemain.
