

Bricks au Cabécou et spaghettis de courgettes



Pour
4 personnes



Préparation
15 minutes



Cuisson
15 minutes

Ingédients

Cabécous IQF Soignon	8
Feuilles de brick	8
Courgettes	750 g
Feuilles de menthe	6
Gousse d'ail	1
Citron	1/2
Huile d'olive	3 cs
Graines de sésame noir	2 cs
Sel et poivre	QS

Les étapes de la recette

- Laver et réaliser les spaghettis de courgettes. Saler, poivrer et réserver 500g de courgettes pour l'accompagnement des bricks.
- Déposer au centre des feuilles de brick les spaghettis de courgettes restants, 1 Cabécou IQF Soignon sur chacune d'entre elle. Rabattre les bords au centre jusqu'à recouvrir la farce et former un carré. Retourner les bricks et les disposer sur une plaque. Parsemer les bricks de graines de sésame noir et enfourner 15 minutes.
- Hacher l'ail, la menthe et presser le jus du demi-citron. Faire une vinaigrette avec l'huile d'olive. Verser cette vinaigrette sur les spaghettis de courgettes restantes.
- Mélanger.
- Accompagner les bricks des spaghettis de courgettes assaisonnés et servir aussitôt.

Pour réaliser
cette recette



IQF Cabécou

Retrouvez toutes nos idées recettes sur :

www.eurialfoodservice-industry.fr