

RECETTE DE LA FRANCOPHONIE



Grèce

Nom de la recette :

Feuilletés aux
épinards
(Spanakópita)

Pour :

4 personnes

Temps de cuisson :

35 minutes

Ingrédients :

- 250g Pousses d'épinards
- 1 Oignon
- 200g Féta
- 2 Œufs
- 8 Feuilles de pâte filo
- 50g Beurre
- 2 cuillères à soupe Huile
d'olive
- Sel, Poivre

Préparation :

- 1) Lavez et essorez les pousses d'épinards.
- 2) Otez la première peau de votre oignon et ciselez-le.
- 3) Dans une large poêle, faites revenir votre oignon dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et un peu de sel pendant 5 minutes en prenant soin de remuer régulièrement.
- 4) Ajoutez les pousses d'épinards et la féta émiettée et poursuivez la cuisson 5 minutes supplémentaires en mélangeant régulièrement.
- 5) Coupez le feu, ajoutez les œufs set mélangez. Laissez refroidir à température ambiante.
- 6) Faites fondre le beurre. Enduisez vos feuilles de pâte filo de beurre au pinceau.
- 7) Superposez 2 feuilles de pâte filo. Garnissez-la de farce aux épinards puis refermez afin de former un rectangle. Répétez ces opérations avec les autres feuilles de pâte filo.



crédits: cuisineactuelle (cc)

- 8) Déposez vos feuilletés sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé ou d'une feuille de silicone.
- 9) Enfourez à 180 °C pendant 10 minutes.