



## Feuilletés aux épinards "Burek"

### INGRÉDIENTS

- 500gr d'épinards frais grossièrement hachés
- 25cl de crème fraîche épaisse
- 20cl de crème fraîche liquide
- 1 œuf battu
- 1kg de farine + pour le plan de travail
- Huile
- Sel et poivre

### PRÉPARATION

Dans un saladier, mélangez la farine, 1/2 c-à-c de sel et 4 c-à-s d'huile.

incorporez progressivement de l'eau tiède et pétrissez 15mn, jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et homogène. Filmez et laissez reposer 15mn.

Mélangez les épinards avec les deux crèmes. salez, poivrez et réservez au frais.

Farinez généreusement le plan de travail. Pétrissez la pâte et façonnez-la en une longue baguette que vous découperez en 8 pâtons. Façonnez-les en boules en pétrissant longuement.

Huilez puis étalez au rouleau à pâtisserie. Badigeonnez la pâte d'huile et repliez-la sur elle-même. Recommencez avec les autres pâtons.

Préchauffez le four à 210° (Th.7). Dépliez la pâte et étirez-la au maximum jusqu'à l'obtention d'un grande crêpe rectangulaire, fine et transparente. Étalez 1/8 des épinards sur la pâte, rabattez la pâte sur elle-même pour former un long boudin que vous enroulerez en forme d'escargot. Recommencez avec les 7 autres pâtes.

Déposez les escargots dans un grand plat huilé en les serrant les uns aux autres. Badigeonnez d'huile puis d'œuf battu et faites cuire 15 à 20 minutes au four.

*Cette recette est très populaire en Slovanie, Bosnie.*

**TEMPS DE PRÉPARATION : 15MN**  
**TEMPS DE CUISSON : 35MN**  
**TEMPS TOTAL : 50MN**



Besoin d'une idée de recette ?

[esatco.cocagnebio.fr/cuisiner-nos-produits](http://esatco.cocagnebio.fr/cuisiner-nos-produits)



Cette semaine notre ancienne serre s'est transformé en serre de stockage de matériel.

Nous allons pouvoir stocker nos tracteurs et matériels de notre atelier au sec et à l'abri



## Composition de votre panier semaine 12

### Panier à 15€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,7 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	3,71 €
0,15 ×	MACHE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	12,00 €	1,80 €
1 ×	CAROTTE TERRE Vrac 1 kg	FRANCE-	3,50 €	3,50 €
1 ×	CHOU ROUGE LISSE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
0,4 ×	OIGNON JAUNE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,90 €	1,16 €
1 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	2,20 €
				<b>15,37 €</b>

### Panier à 10€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,5 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	2,65 €
0,15 ×	MACHE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	12,00 €	1,80 €
0,6 ×	CAROTTE TERRE Vrac 1 kg	FRANCE-	3,50 €	2,10 €
1 ×	CHOU ROUGE LISSE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
0,4 ×	OIGNON JAUNE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,90 €	1,16 €
				<b>10,71 €</b>

### Panier à 8€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,4 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	2,12 €
0,1 ×	MACHE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	12,00 €	1,20 €
0,4 ×	CAROTTE TERRE Vrac 1 kg	FRANCE-	3,50 €	1,40 €
1 ×	CHOU ROUGE LISSE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
0,4 ×	OIGNON JAUNE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,90 €	1,16 €
				<b>8,88 €</b>