



Empanadas au chèvre et au miel

Découvrez une recette originale revisitée d'un standard de la cuisine mexicaine.

PRÉPARATION :



Préparation
20 min

Cuisson
12 min

INGRÉDIENTS:

8 PERS.

Pour les empanadas :

1/2 bûche de chèvre allégé

1 c. à soupe de miel

2 pâtes brisées

3 oignons

100 g de bacon maigre

1 pincée de thym

1 c. à soupe de vinaigre balsamique

1 c. à soupe d'huile d'olive

Pour la dorure :

1 jaune d'oeuf

10ml de lait

1.

Faites préchauffer votre four à 180°C ou thermostat 6.

2.

Découpez la bûche de fromage de chèvre allégé en fines rondelles de taille régulière.

3.

Épluchez les oignons et émincez-les finement sur une planche à découper avant de les faire revenir dans un poêle anti-adhésive avec l'huile d'olive. Laissez-les colorer quelques minutes avant de déglacer au vinaigre balsamique. Ensuite, laissez réduire et ajoutez le miel et le thym puis laissez le tout colorer durant quelques minutes. Enfin, incorporez le bacon et laissez cuire quelques minutes puis laissez la farce refroidir à température ambiante.

GESTES TECHNIQUES

4.

Sur un plan de travail propre et sec, étalez chaque pâte brisée et découpez-y des cercles à l'aide d'un emporte-pièce. Sur la moitié supérieure, disposez une cuillère de la farce aux oignons et au bacon puis déposez au-dessus, un morceau de fromage de chèvre.

5.

Refermez le cercle en mouillant l'extrémité de la pâte feuilletée puis ramenez-les l'une contre l'autre afin de souder les bords. Disposez sur une plaque de cuisson recouverte d'une feuille de papier sulfurisé.

6.

Dans un bol, mélangez le jaune d'oeuf et le lait à l'aide d'un fouet puis passez de la dorure obtenue sur chaque empanadas à l'aide d'un pinceau de cuisine souple.

7.

Enfournez vos empanadas au chèvre et au miel pendant 12 min en veillant à ce qu'ils ne brunissent pas durant la cuisson. Sortez-les du four et dégustez bien chaud !