

CHAUSSENS D'AGNEAU A LA MENTHE

Mercredi 31 Mai 2017

Préparés à l'avance et congelés avec le restant de mon très gros gigot de Pâques :



Chaussons d'agneau à la menthe : 10 parts et 7pp- 8 pp par part

- 300 g de farine
- 2 petits suisses à 20 %
- 50 g de beurre à 41 %
- 1/2 sachet de levure
- une pincée de sel
- 450 g de gigot cuit
- 6 oignons nouveaux *
- 4 œufs moyens (dont 1 pour dorer)*
- 1 cuillère à café de cumin
- 6 feuilles de menthe fraîche*
- sel poivre

Préparer la pâte : mettre dans le bol du mixeur, la farine, la levure, le sel, les petits suisses, le beurre coupé en petits dés et mixer en rajoutant 50 à 75 ml d'eau froide jusqu'à l'obtention d'une boule de pâte lisse à laisser reposer 1

heure au frais.

Pendant ce temps, hacher l'agneau et la menthe, émincer finement les oignons et mélanger le tout en liant avec 3 œufs .Assaisonner : sel poivre, cumin.

Préchauffer le four 180 °

Sur un tapis en silicone ou une feuille de papier cuisson, étaler la pâte et découper 10 disques de 12 cm de diamètre.

Casser le quatrième œuf et séparer le blanc du jaune.

Déposer sur chaque disque 2 cuillerées à soupe bombée de hachis, replier le disque, le fermer en le soudant avec le blanc du quatrième d'œuf. Badigeonner chaque chausson de jaune d'œuf



Enfourner 25 minutes.

A servir immédiatement pour le repas ou laisser refroidir pour les congeler.

Pour le repas du soir : salade d'endives + 1 c à c d'huile de noix (1pp- 1 sp) -1 chausson d'agneau à la menthe (7pp- 8 sp) -2 petits suisses 0 % (1pp- 1 sp) – fraises (0pp- 0 sp) . Total ; 9pp- 10 sp

Excellent mercredi