

CIGARES OU BRICKS DE FENOUIL ET TOMATE A LA CORIANDRE



Facile

Préparation: 15 mn

Cuisson: 20 mn (15 + 5)

Pour 8 cigares:

4 bulbes de fenouil

2 oignons nouveaux

120 g de sauce tomate

1 càs de grains de coriandre

2 càs d'huile d'olive (1 + 1)

1 jaune d'œuf

8 feuilles de bricks

Sel et poivre

La veille ou plusieurs heures avant si possible:

Eplucher les oignons, les émincer finement. Réserver.

Laver et parer le fenouil en enlevant les premières feuilles, les émincer.

Chauffer l'huile doucement, y faire fondre les oignons jusqu'à ce qu'ils soient transparents. Ajouter le fenouil, et la coriandre (éventuellement enveloppée dans une gaze) les faire revenir pendant deux ou trois minutes.. Saler et couvrir d'eau à hauteur en diluant la sauce tomate.

Porter à ébullition puis baisser le feu et laisser cuire tout doucement pendant une dizaine de minutes. Augmenter le feu s'il reste trop de liquide ou rajouter un peu d'eau si nécessaire.

Lorsque les fenouils sont tendres et nappés de la sauce tomate, vérifier l'assaisonnement, ôter la coriandre et laisser refroidir.

Préchauffer le four à 210°.

Mélanger le jaune d'œuf avec l'huile.

Former les cigares avec les feuilles de brick en les farcissant de la compotée de fenouil. Les badigeonner à l'œuf et les glisser au four quelques minutes pour qu'ils soient bien dorés.