

# Les recettes

des



## Récoltes du caillou

FEUILLES • LÉGUMES • FRUITS

Producteur  
par **La ferme des petites fougères**



# Les Samoussas au Moringa chou Kanak et Curcuma

## Ingrédients

Pour environ 40 samoussas

- > 200 g de feuilles de Moringa
- > 6 Bouquets de feuilles de chou kanak
- > 4 pincées de curcuma
- > des feuilles de brick
- > du sel
- > des feuilles de menthe
- > 60 g de maïs
- > 1 oignon
- > 3 gousses d'ail
- > de l'huile d'olive
- > de d'huile de tournesol

> Feuilles > Légumes > Fruits  
des récoltes du caillou

## Idée d'accompagnements

- > 1 citron + 1 avocat.
- > quelques tomates cerises.
- > des achards.

par Aline



# Les Samoussas au Moringa

## La recette

Lavez et séparez les feuilles  
de moringa de la tige.

1

Lavez et émincez les feuilles  
de chou kanak et ciselez l'oignon.

2

Dans une poêle, faites chauffer l'huile  
d'olive et faites revenir l'oignon.  
Ajoutez les feuilles de moringa  
puis de chou kanak.

3

Pendant ce temps, hachez très finement  
l'ail puis ajoutez-le dans la poêle avec le  
maïs. Parsemez de curcuma et de sel et  
laissez cuire 5 à 10 min.

4

Versez la préparation dans un saladier  
et sur le plan de travail, disposez  
les feuilles de brick coupées  
en lamelles. Déposez une cuillère  
de préparation sur chacune d'elles puis  
pliez pour former un triangle.  
Pincez les bords pour bien fermer.

5

Dans une poêle, versez l'huile  
de tournesol et faites frire les samoussas  
pendant 2 min de chaque côté. « Puis  
égouttez-les sur du papier absorbant »

6

*Bon Appétit !*

Servez chaud avec quelques feuilles de menthe !  
Vous pouvez l'accompagner d'une salade avocat/tomates  
cerises avec un peu de jus de citron, du sel  
et du poivre et des achards de fleurs de  
bananier pour accompagner le tout.

