

ANTIPASTI E SNACK

Brik

LUOGO: **Africa / Tunisia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **media** PREPARAZIONE: **20 min** COTTURA: **5 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



I **brik** o brick sono dei croccanti involtini che vengono consumati e preparati soprattutto nelle zone arabe del mondo. Si realizzano in maniera semplice e veloce e sono uno sfizio incredibile e molto apprezzato da chi è ospite a cena. Si realizzano grazie all'utilizzo della pasta brik che è simile alla pasta fillo. I brik tunisini sono a forma di triangolo e vengono riempiti con patate uova e prezzemolo. Vengono consumati per lo più nei giorni di festa, e sono accompagnati da zuppe e agnello, pane arabo e l'immancabile cous cous, preparazioni tipiche di quella parte del mondo. Questa versione prevede un arrangiamento leggermente diverso da quello tunisino ma vi

garantiamo sia molto ma molto saporito. Se volete stupire i vostri ospiti, proponete loro una cena araba ed assieme ai brick servite il [cous cous di pesce](#) e i mitici [falafel](#)

INGREDIENTI

PASTA BRIK sfoglie - 10

TONNO IN SCATOLA 80 gr

PATATE lesse - 2

PARMIGIANO REGGIANO 50 gr

UOVA 4

PREZZEMOLO 1 mazzetto

OLIO DI ARACHIDI 1 l

SALE

TEBEL 1 cucchiaino da tè

CURCUMA MACINATA 1 cucchiaino da tè

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Prendete un foglio di pasta brik e piegatelo come segue:

ripiegate verso l'intero le quattro estremità del disco così da ottenere un quadrato.



2 Piegare, quindi, il quadrato a metà nella diagonale così da formare un triangolo.



3 Preparate, quindi, la farcia: schiacciate le patate precedentemente lessate insieme al prezzemolo tritato.

Unite, quindi, il tonno sgocciolato, il parmigiano, le uova, un pizzico di pepe, un cucchiaino di curcuma, e un cucchiaino di tebel (vedere note) ed amalgamate bene il composto fino a quando risulti omogeneo.





- 4 Scaldate, ora, abbondante olio per frittura e, quando risulterà ben caldo, prendete un triangolino, apritelo a metà e farcitelo con un cucchiaino di ripieno, richiudetelo e friggete fino a doratura completa.



5 Un modo più semplice e veloce per realizzare i brik è quello di realizzare degli involtini

invece che dei triangoli.

Utilizzate mezzo foglio di pasta brik, farcitelo con un cucchiaino di composto di uova e tonno e arrotolatelo semplicemente, quindi friggete come per i triangoli.





NOTE

Di cosa è fatto il tebel?

Il tebel è un mix di spezie solitamente è composto da 50 % di semi di coriandolo, 25 % di semi di cumino, 10 % di peperoncino in polvere e 15% di aglio sbucciato ed essiccato. Il tebel che abbiamo utilizzato per questa ricetta è composto solamente da semi di coriandolo e di cumino.

Dove posso acquistare la pasta brik?

La pasta brik si trova oramai facilmente in commercio, nei negozi etnici e nella grande distribuzione.

Posso cuocere i brik forno?

Sì certo, prima di infornarli fai una pennellata di olio di semi e inforna a forno già caldo per 10 minuti a 180 gradi.

Quanto tempo si conservano?

I brik sono buoni caldi, quindi ti consiglio di consumarli appena fatti. Se proprio non puoi friggerli al momento puoi passarli per pochi minuti in forno in modo da rivitalizzarli.

Ho trovato solo la pasta fillo, posso usarla?

Sì certo è molto simile sia per consistenza che per riuscita. Se te ne dovesse avanzare puoi preparare dei [cannoli con la feta](#).