

Samosas de panais et curry avec sauce au poivre

durée totale **135 min.** 20 min. temps de préparation 55 min. temps de cuisson 60 min. temps de repos

Données nutritionnelles (par portion):
3.180 kJ / 760 kcal

Matières grasses: **46 g** Protéines: **11 g**
Glucides: **76 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

180 g	de farine de blé
1 pincée	de sel
1 pincée	de sucre
35 ml	d'huile de colza
70 ml	d'eau tiède
300 g	de panais
15 g	de beurre
20 g	d'échalote
1	gousse d'ail
1 càc	de gingembre râpé
10 g	de pâte de curry jaune
25 ml	de crème épaisse
85 ml	<u>Sauce soja à teneur en sel réduite fermentation naturelle Kikkoman</u>
10 ml	de jus de citron vert
1 pincée	de cumin moulu
1 pincée	de curcuma
10 g	de coriandre fraîche hachée
120 g	de mayonnaise
30 g	de yaourt à la grecque
10 ml	de jus de citron
1 càc	de moutarde de Dijon
1 càc	<u>Huile de sésame grillé Kikkoman</u>
1 càc	de miel
1 càc	de poivre noir concassé
Et aussi :	

Huile pour la friture

PRÉPARATION

Étape 1

180 g de farine de blé - **1 pincée** de sel - **1 pincée** de sucre - **35 ml** d'huile de colza - **70 ml** d'eau tiède
Mélanger la farine avec le sel et le sucre, puis ajouter l'huile et l'incorporer du bout des doigts jusqu'à obtenir une texture de sable humide.
Ajouter l'eau tiède petit à petit en pétrissant jusqu'à obtenir une pâte assez ferme et élastique.
Pétrir environ 8 à 10 min, jusqu'à ce qu'elle soit lisse. L'envelopper dans du film alimentaire et la laisser reposer au moins 30 min à température ambiante.

Étape 2

300 g de panais - **20 g** d'échalote - **1** gousse d'ail
Éplucher les panais. Hacher finement l'échalote et l'ail.

Étape 3

15 g de beurre - **1 càc** de gingembre râpé - **10 g** de pâte de curry jaune - **25 ml** de crème épaisse - **45 ml** Sauce soja à teneur en sel réduite fermentation naturelle Kikkoman - **10 ml** de jus de citron vert - **1 pincée** de cumin moulu - **1 pincée** de curcuma - **10 g** de coriandre fraîche hachée
Rôtir les panais (étape 2) au four à 190 °C pendant environ 40 min, jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres et légèrement caramélisés. Faire fondre le beurre, y faire revenir l'échalote et l'ail (étape 2), ajouter le gingembre râpé et la pâte de curry, puis cuire 1 min. Ajouter les panais rôtis, la crème et la sauce soja allégée en sel Kikkoman, puis mixer jusqu'à obtenir une purée bien lisse. Assaisonner avec le cumin, le curcuma, le jus de citron vert et la coriandre hachée. La farce doit être épaisse et

complètement refroidie avant de garnir les samosas.

Étape 4

120 g de mayonnaise - **30 g** de yaourt à la grecque - **10 ml** de jus de citron - **1 càc** de moutarde de Dijon - **1 càc** Huile de sésame grillé Kikkoman - **20 ml** Sauce soja à teneur en sel réduite fermentation naturelle Kikkoman - **1 càc** de miel - **1 càc** de poivre noir concassé

Mélanger la mayonnaise avec le yaourt, la moutarde, le miel et l'huile de sésame. Ajouter la sauce soja allégée en sel Kikkoman, le jus de citron et le poivre concassé. Bien mélanger jusqu'à obtenir une sauce lisse, puis réserver au réfrigérateur au moins 30 min pour que les saveurs se mélangent.

Étape 5

20 ml Sauce soja à teneur en sel réduite fermentation naturelle Kikkoman - Huile pour la friture

Diviser la pâte en trois portions égales et abaisser chacune en une fine feuille d'environ 1,5 mm d'épaisseur. Couper chaque feuille en deux. Badigeonner légèrement les bords de chaque moitié d'une fine couche de sauce soja allégée en sel Kikkoman pour relever le goût et aider à souder la pâte. Former un cône avec chaque moitié, garnir d'environ 40 g de farce et bien souder les bords. Faire frire les samosas dans l'huile à 165 à 170 °C pendant 6 à 8 min environ, en commençant à température un peu plus basse pour que la pâte ait le temps de sécher et devienne fine et très croustillante. Égoutter sur du papier absorbant.