

# Pita aux épinards

Couverts

4

personnes

Préparation

15

min

Cuisson

35

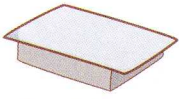
min

Coût

2€

moins de  
par personne

## Ingrédients



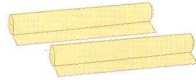
150 g de fromage  
frais en barquette



250 g d'épinards  
frais ou congelés  
ou de bettes



1 oignon



2 pâtes feuilletées



1 noix de beurre



Huile d'olive



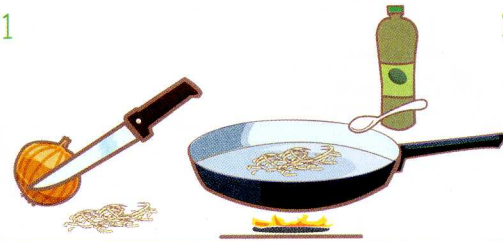
Sel, poivre

## Astuce du chef

Vous pouvez faire des pitas individuelles en découpant les pâtes avec un bol

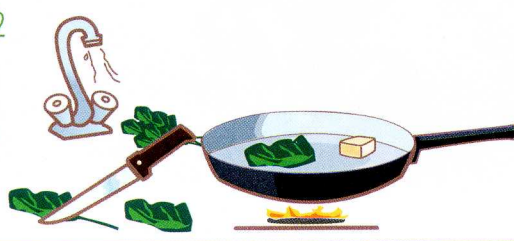
## Préparation

1



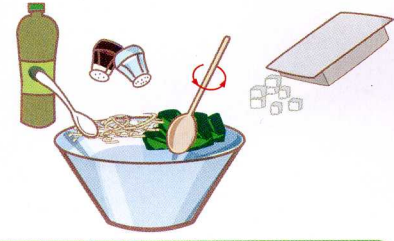
Épluchez et émincez finement l'oignon et faites-le fondre dans un peu d'huile.

2



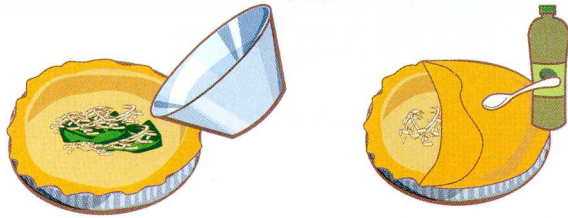
S'ils sont frais, lavez et équeutez les épinards puis faites-les revenir 3 min (10 minutes pour des surgelés) dans une noix de beurre. Laissez refroidir.

3



Mélangez l'oignon et les épinards. Ajoutez le fromage, 1 CàS d'huile, le sel et le poivre. Mélangez.

4

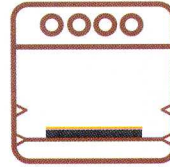


Versez et étalez sur l'une des pâtes feuilletées. Recouvrez avec l'autre pâte et pincez les bords pour bien fermer. Étalez un peu d'huile sur le dessus.

5

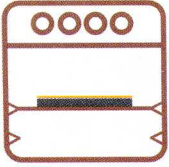
200°C  
Thermostat 6-7

10 min



180°C  
Thermostat 6

20 min



Mettez en bas du four à 200°C pendant 10 min puis remontez la plaque au milieu du four, baissez à 180°C, laissez cuire encore 20 min.