

# TRIANGLES BOEUF-BANANE

Pour 6 unités

Préparation : 15 min

Cuisson : 12-15 min



**3 feuilles de pâte Filo**  
**100 g de beefsteak haché**  
**1 petite banane**  
**1 échalote**  
**20 g de noix hachées**  
**1 cuillère à soupe de coriandre ciselée**  
**le jus d'1/2 citron (vert pour moi)**  
**1 giclée de sauce soja ou Maggi**  
**1 cuillère à soupe d'huile**  
**poivre**  
**10 g de beurre**

- 1 Peler et émincer finement l'échalote.
- 2 Faire chauffer l'huile dans une petite poêle et y faire revenir l'échalote, ajouter la viande hachée. Quand elle est cuite, ajouter la sauce soja, poivrer. Hors du feu, ajouter la coriandre.
- 3 Peler la banane, la découper en fines rondelles et arroser du jus de citron.
- 4 Préchauffer le four à 180°C - th 6.
- 5 Couper les feuilles de pâte Filo en 4 pour former 4 lanières (soit 12 lanières ici), les superposer 2 par 2 (soit 6 bandes), garnir un bord d'une cuillère à soupe du mélange à la viande, déposer par dessus 3-4 rondelles de bananes et plier en triangle.
- 6 Faire fondre le beurre. Déposer les triangles obtenus sur une plaque silicone et badigeonner le dessus de beurre fondu.
- 7 Faire cuire 15 min environ ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés.