

## Feuilletés au miel ou Msmen - la recette



- 200g de semouline très fine
- 200g de farine
- 200ml d'eau tiède
- 50ml d'huile (j'utilise de l'huile de tournesol)
- 100g de beurre
- 1 CC de sel fin

Mélanger la farine, le sel et la semouline. Verser l'eau petit à petit en pétrissant jusqu'à obtenir une pâte un peu ferme. Pétrir énergiquement la pâte pendant 5 bonnes minutes en trempant les doigts dans l'huile pendant pour bien travailler la pâte : ne pas lésiner sur les étirements de la pâte pour bien l'aérer pendant toute la durée de ce pétrissage.

Diviser la pâte en 7 ou 8 boules de la taille d'une clémentine et laisser reposer un petit quart d'heure.

Bien huiler le plan de travail et y étaler une des boules de pâtes sur un diamètre d'environ 30 cms (il faut l'étaler très très finement). Tartiner d'un peu de beurre mou et la plier en 3 dans un sens puis dans l'autre de façon à obtenir un carré. Réserver.

Faire de même avec toutes les autres boules de pâte.

Prendre un des carrés et l'étaler à la main en le beurrant ou huilant généreusement jusqu'à obtenir un plus grand carré de 20 cms de côté environ.

Cuire dans une poêle bien chaude en arrosant de beurre (pas trop tout de même, on en a déjà mis une bonne dose) et en retournant le feuilleté régulièrement.

Une fois bien doré, réserver au chaud et cuire les autres de la même façon.

Avant de servir, arroser de miel et ... se régaler !

Posté par Requia à 01:24 - [1. Cuisine du Maroc, du Maghreb - Commentaires \[41\]](#) - [Rétroliens \[0\]](#) - Permalien [<#>]