

Rhapsodie (Gallettes aux légumes)

Préparation : 15 min - Cuisson : 5 min.

Ingrédients (4 pers.)

200 g de pommes de terre
200 g de carottes
100 g de potiron
100 g de courgettes
20 g de grains de maïs
1 œuf
1 oignon
2 c. à s. de farine
1 c. à s. d'huile d'olive
2 à 3 branches de persil
1 pincée de sel
1 pincée de noix de muscade
1 pincée de curry
1 pincée de paprika

Préparation

Dans une terrine, mélanger la farine, l'œuf, l'oignon haché, le persil finement ciselé, le sel, la noix de muscade, le curry et le paprika.

Râper les légumes et les ajouter au mélange précédent. Ajouter les grains de maïs.

Dans une poêle, faire chauffer l'huile. Déposer une cuillère à soupe du mélange, aplatir et laisser dorer. Tourner la galette et faire dorer l'autre côté.

Remarque

S'il y a trop de liquide dans la préparation, la passer au chinois.
Servir par exemple avec une soupe de betteraves.

