GALETTES DE LÉGUMES

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- CAROTTE(S)	4 à 6
- POIREAUX ENTIERS	3 à 4
- GERMES DE SOJA	200g
- POMME(S) DE TERRE	2 pour purée
- OEUF(S)	5
- HUILE D'OLIVE	
- SEL	
- POIVRE	
- PIMENT DE CAYENNE	1 pincée

Recette:

- Nettoyez et râpez les carottes avec une grosse grille.
- Pelez et râpez les pommes de terre.
- Nettoyez et émincez très finement les poireaux.
- Dans un grand saladier, mélangez ces légumes avec les 5 œufs. Salez, poivrez et ajoutez une pincée de piment de Cayenne.
- Faites chauffer de l'huile dans une poêle.
- A l'aide d'un emporte-pièce, formez des galettes de légumes dans la poêle. Tassez avec le dos de la cuillère puis retirez l'emporte pièce.
- Formez 8 galettes.
- Laissez cuire pendant environ 10 minutes et retournez plusieurs fois les galettes.

Remarque:

Servez avec une sauce tomatée piquante.

Ces galettes peuvent également être servies en accompagnement (DI-60).