

Galettes aux quatre légumes



INGREDIENTS

1 carotte	50 gr de gruyère râpé
1 pomme de terre	2 c à s de farine
1 courgette	10 cl de lait
1 oignon	1 c à s de concentré de tomate
6 oeufs	2 c à s d'huile

MATERIEL NECESSAIRE

1 mandoline	1 économe
-------------	-----------

PREPARATION ET REALISATION

- 1- Eplucher les légumes.
- 2- Emincer l'oignon.
- 3- Tailler en julienne à l'aide d'une mandoline les autres légumes.
- 4- Dans une poêle faire chauffer l'huile et cuire à feu vif les légumes, assaisonner.
- 5- Battre les œufs et ajouter le gruyère, la farine, le lait, le concentré, assaisonner et verser sur les légumes dans la poêle. Cuire 5 min, retourner et cuire encore 5 min.

CONSEILS ET ASTUCES

Penser à laver les pommes de terre une fois tailler en julienne pour éliminer l'amidon.

Alice Délice

