

galette de quinoa

Pour : 16 galettes

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 30 minutes

470g de quinoa cuit (200g crus + 75cl d'eau froide)

2 grosses poignées de fromage râpé

3 cs de fromage frais

3 oeufs

1 courgette râpée

2 petites échalotes

1/2 cc de sucre

3 cs de farine

1/4 cc de poivre noir

1/4 cc de cumin

1/8 cc de sel

1/8 cc d'ail en poudre

de l'huile d'olive

Versez l'eau froide dans une casserole et jetez y le quinoa

Faites cuire jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'eau. Salez à la fin de la cuisson.

Versez le quinoa cuit dans un saladier.

Ajoutez le fromage râpé, le fromage frais, la courgette râpée, les oeufs, la farine, les échalotes émincées et les épices.

Mélangez tout pour que ce soit homogène.

Faites chauffer une poêle et versez y un peu d'huile d'olive. Quand elle est bien chaude, formez des petites galettes rondes, pas trop épaisses. Faites cuire à feu doux jusqu'à obtention d'une coloration dorée.

