



PIROUETTE
CACAHUÈTE

Les Recettes de la Forêt Comestible

Galette de Courgette à la Livèche



Ingrédients pour 4 personnes

- 1 courgette
- 1 oeuf
- 6 cuillères à soupe de farine
- 1 cuillère à soupe de fromage frais
- 4 cuillères à soupe de livèche
- Sel, poivre, huile d'olive

Sauce :

- Crème

Recettes

Pour les galettes :

- Lavez les courgettes en laissant la peau. Râpez les courgettes avec la râpe à gros trous.
- Ciselez la livèche avec des ciseaux. Versez les courgettes râpées dans un saladier et ajoutez les 3 cuillères de livèche, le sel et le poivre.
- Cassez l'œuf dans le saladier et bien mélanger. Puis ajoutez la farine et mélangez à nouveau.
- Ajoutez le fromage frais à la préparation.
- Faites chauffer une poêle en inox. Quand elle est chaude, versez 1 ou 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Déposez 3 ou 4 tas de pâte et étalez avec le dos de la cuillère.
- Faites cuire à feu moyen 3 à 4 minutes. Retournez et laissez cuire de l'autre côté.

Pour la sauce à la livèche :

- Versez de la crème liquide dans un récipient.
- Ciselez 1 cuillère à soupe de livèche puis ajoutez la à la crème.

Vous pouvez servir les galettes accompagnées de la sauce, régaliez vous !

Retrouvez toutes nos recettes : www.pirouette-cacahuete.net