

GALETTES DE CAROTTES A LA RICOTTA

Retrouvez toutes nos recettes sur www.panier-naturel.com

Facile	Coût faible
Préparation : 10 minutes	Cuisson : 30 minutes
Pour 4 personnes	1 râpe, 1 casserole, 1 saladier, 1 sauteuse

Ingrédients :

Pour une dizaine de galettes

450 gr de carottes

250 gr de ricotta

2 œufs

50 gr de fromage râpé

4 cuillères à soupe de persil ciselé

1 cuillère à soupe de farine

Sel, poivre, huile d'olive

Préparation :

1 - Peler les carottes, les râper ou les couper en fins bâtonnets.

2 - Déposer dans une casserole, couvrir d'eau, ajouter une pincée de gros sel, et laisser cuire 20 min jusqu'à ce qu'elles soient tendres, en surveillant qu'il reste toujours assez d'eau pour qu'elles n'accrochent pas. Égoutter et laisser refroidir.

3 - Dans un saladier, mélanger au fouet la ricotta, les œufs et la farine, saler, poivrer.

4 - Ajouter le persil ciselé, puis les carottes refroidies.

5 - Graisser une poêle avec de l'huile d'olive, et lorsqu'elle est bien chaude, y déposer de petits tas de la préparation. Faire cuire 3 minutes sur une face, retourner délicatement quand les galettes se tiennent bien et laisser cuire encore quelques minutes sur la deuxième face. Servir chaud ou froid avec une salade verte.