

## PAILLASSONS DE LEGUMES AUX ÉPICES

## **INGRÉDIENTS**

- 250 g de navets pelés
- 250 g de céleri-rave pelé,
- 250 g de carottes pelées,
- 250 g d'oignons pelés et émincés,
- 3 œufs.
- 1 c-à-c d'épices à masala,
- 3 c-à-s bombées de farine de riz complet ou de farine de blé,
- 1 pincée de sucre de canne,
- 4 c-à-s d'huile d'olive.
- 1 belle c-à-c de gros sel de Guérande
- Poivre

TEMPS DE PRÉPARATION : 15MN TEMPS DE CUISSON : 15MN TEMPS TOTAL : 30MN

## **PRÉPARATION**

Râpez les navets, le céleri et les carottes avec une râpe moyenne.

Versez l'ensemble dans un saladier. Ajoutez l'oignon, le sel, le poivre, les épices à masala, le sucre de canne. les œufs et la farine.

Mélangez avec les mains en soulevant pour bien incorporer tous les éléments.

Faites chauffer l'huile d'olive dans deux poêles.

Prélevez l'équivalent d'une petite louche de légumes râpés.

Façonnez des petites galettes que vous déposerez délicatement dans les poêles.

Appuyez légèrement sur chaque galette pour la tasser et laissez frire à feu moyen.

Après 5 minutes, retournez les galettes et laissez cuire pendant 3 minutes sur l'autre face. Couvrez les poêles et arrêtez le feu.

Les paillassons seront prêts au bout de 5 minutes.