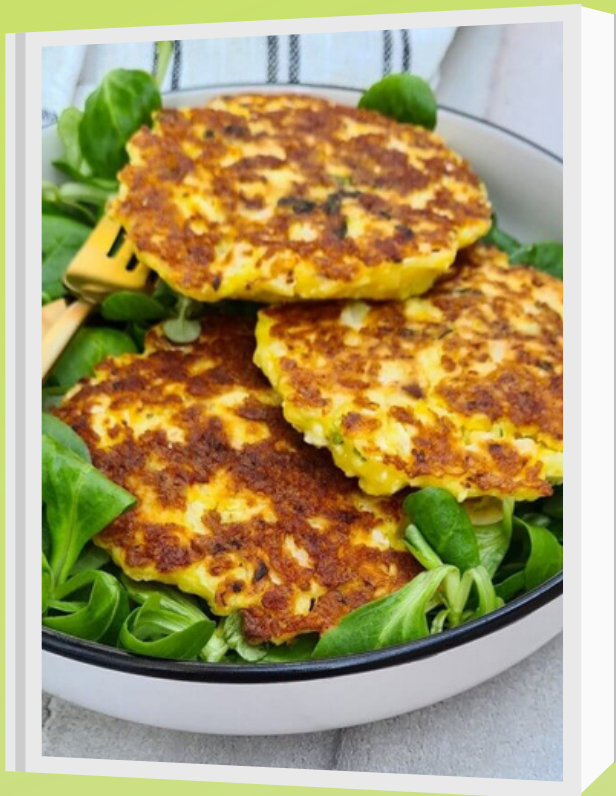


Galettes de chou-fleur au fromage frais



INGRÉDIENTS

- 1 Chou-fleur cuit
- 150 gr Fromage frais à tartiner
- 50 gr Maïzena
- 1 œuf
- 1 c-à-s Pesto
- Sel, poivre

PRÉPARATION

Mélangez le fromage frais et l'œuf à la fourchette jusqu'à obtention d'une pâte lisse. Ajoutez le pesto et la maïzena et mélangez bien.

Ajoutez le chou-fleur cuit coupé grossièrement. Salez et poivrez à votre goût.

Déposez une cuillère à soupe de pâte dans une poêle chaude et légèrement huilée. Faites cuire les galettes de chou-fleur au fromage frais à feu moyen quelques minutes de chaque côté.

Servez aussitôt ces galettes de légumes.

Temps de préparation : 10mn

Temps de cuisson : 6mn

Temps total : 16mn