

Galette de légumes aux herbes sauvages



- 2 cuillères à soupe de flocons de céréales (avoine, quinoa...)
- 2 cuillères à soupe de farine de graines de lin
- 2 cuillères à soupe de farine de sarrasin
- 2 cuillères à soupe de farine de froment
- 1 zucchini râpé
- 1 carotte râpée
- 1 oeuf
- 2 cuillères à soupe de livèche, chaton d'aulne et d'aiguilles d'épinette mélangés
- 1/2 oignon haché finement
- sel et poivre au goût
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive

Mélangez tous les ingrédients dans un saladier de manière à obtenir une pâte épaisse.

Formez des boulettes et aplatissez-les en petites galettes.

Chauffez une poêle avec l'huile et y dorer les galettes à feu vif. Dès que les bords commencent à être cuits, retournez les galettes et laissez cuire jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Dégustez chaud ou froid