



GALETTES DE TOPINAMBOURS

Ingrédients :

Pour 8 galettes

676 Kcal L 10 gr G 10 gr P 8 gr

- 40 gr de farine d'avoine
- 450 gr de topinambours
- 2 oeufs
- 20 gr de noisettes concassées
- Ail
- Persil
- Sel, poivre

Préparation :

Préchauffer le four à 180 °

- Dans un saladier, mélanger la farine d'avoine, les oeufs, l'ail, le persil, le sel et le poivre
- Ajouter les topinambours et les noisettes concassées
- Mélanger puis laisser reposer au réfrigérateur quelques mins
- Prélever 1 CS de pâte et, à l'aide d'un emporte pièce, la déposer sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé
- Cuire 15 min à 180 ° puis retourner les galettes
- Poursuivre à nouveau la cuisson 15 min
- Servir chaud

