

GALETTES AUX FLOCONS D'AVOINE

Pour 5 galettes (épaisses et cuites dans une poêle à blinis)

Préparation 5 min

Cuisson : 3-4 min par galette



PASSION ... GOURMANDISE !

30 cl de lait de soja (ou lait de vache)

1 tasse (250 ml) de flocons d'avoine

2 œufs

2 cuillères à soupe de Gomasio (sel de sésame en magasin bio)

sel

poivre du moulin

- 1 Faire chauffer le lait puis hors du feu, ajouter les flocons d'avoine. Saler, poivrer et les laisser s'imbiber.
- 2 Dès que les flocons d'avoine ont absorbé le lait, ajouter les œufs, mélanger puis ajouter le Gomasio.
- 3 Verser une louche de pâte dans une poêle huilée et chauffée pour former une galette (j'ai utilisé mes poêles à blinis bien pratiques pour obtenir des galettes joliment rondes).
- 4 Servir les galettes chaudes accompagnées de légumes "vapeur", de mousseline de carottes, d'une fondue de poireaux ou d'une petite salade de tomates cerises et de dés de mozzarella (di buffala : la meilleure), un filet d'huile d'olive, de la coriandre ciselée et un peu de Gomasio encore.