



GALETTES DE LÉGUMES

Ingrédients

Pour 2 personnes

1 patate douce

1/2 courgette

1 œuf

2 càs de farine

1 càc de curry

1 càc de graines de
sésame

Étapes

- 1.** Épluchez la patate douce et lavez-la avec la courgette.
- 2.** Rapez finement les 2 légumes.
- 3.** Mélangez tous les ingrédients dans un bol.
- 4.** Dans une poêle, disposez une càs du mélange de légumes et laissez cuire 4 minutes sur chaque face avec le couvercle (mettre une goutte de matière grasse si le mélange accroche).