



# Recette de galettes végétariennes (carottes)

Animé par Chantal Dumont (info@cabajette.be)



Ingrédients	Matériel
<ul style="list-style-type: none"><li>• 4 grosses carottes (400g)</li><li>• 5 oignons nouveaux émincés</li><li>• 1 bouquet de coriandre ciselé</li><li>• Coriandre en poudre</li><li>• 2 œufs battus</li><li>• 20g de farine</li><li>• 3 cuillères à soupe d'huile olive (cuisson)</li><li>• 200g de fromage halloumi</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 poêle</li><li>• 1 saladier</li><li>• 1 cuillère / fourchette</li><li>• 1 râpe</li><li>• 1 spatule</li></ul>

**Etape 1 :** Râpez les carottes

**Etape 2 :** Emincez les oignons nouveaux et râpez 50g de fromage halloumi

**Etape 3 :** Laver et ciseler la coriandre

**Etape 4 :** Battre les œufs et ajouter 20g ou plus de farine (le mélange ne doit pas être trop liquide)

**Etape 5 :** Mélanger tous les ingrédients ensemble

**Etape 6 :** Faire des boulettes (avec les mains) et les aplatir. Si vous avez le temps, les mettre 30 minutes au réfrigérateur avant de les cuire

**Etape 7 :** Faire chauffer l'huile d'olive dans la poêle et faire dorer les boulettes 2 minutes de chaque côté. Elles doivent être dorées. Les disposer sur une assiette.

**Etape 8 :** Découper des tranches avec le reste du fromage halloumi et faites dorer ces tranches dans une poêle

**Sauce au citron pour accompagner les galettes :**

- Mélanger 3 cuillères à soupe d'olive avec un jus de citron et un zeste de citron, une gousse d'ail pressée et une cuillère à soupe de miel (la sauce peut être faite dans un pot de confiture)