



Galettes de flocons d'avoine au fromage

Ingrédients :

Pour environ 10 petites galettes

- 5 cuillères à soupe de flocons d'avoine
- 5 cuillères à soupe de farine
- 3 cuillères à soupe de lait
- 150 g de fromage râpé
- 2 œufs
- 1 cuillère à café de sel

Recette :

Dans un grand saladier, mélanger 5 cuillères à soupe de flocons d'avoine, 5 Cuillères soupe de farine et 150 grammes de fromage râpé.

Ajouter 2 œufs et 3 cuillères à soupe de lait.

Mélanger et mixer (avec un mixeur plongeant par exemple) jusqu'à l'obtention d'une pâte épaisse.

Saler et poivrer.

Faire cuire quelques minutes dans une poêle.

Bon appétit et pour un équilibre parfait : accompagner vos céréales de quelques légumineuses, comme des lentilles ou des pois cassé et d'une salade verte.