



Galettes énergie aux céréales (végétarien)

Recette proposée par Anna dans le cadre de la Semaine européenne de réduction des déchets 2015

Ingrédients :

- restes de légumineuses (comme des lentilles ou autre)
- restes de céréales (quinoa, semoule, riz ou autre)
- 1 à 2 œufs selon la quantité
- 2 à 3 cuillères à soupe de fromage râpé
- fines herbes ou épices
- Sel et poivre

Réalisation :

Mélanger tous les ingrédients puis étaler en petit tas sur une plaque recouvert de papier sulfurisé. Mettre au four à 180° pendant 10 à 15min. Déguster avec une bonne salade verte et une sauce au yaourt.