

Autour de ma table©

www.autourdematable.com

Sou"riz"iez !!!

C'est une recette **sans gluten** ...



Ingrédients:

- 300 g de flocons de riz
- 300 ml de lait
- 1 gousse d'ail hachée
- 4 cuillères à soupe de farine de riz
- 2 œufs
- sel (Himalaya)
- poivre du moulin "5 baies"
- 1 pointe de piment d'Espelette



Dans un cul de poule, mélanger les flocons de riz et le lait. Mélanger les œufs à la cuillère magique, ajouter la farine de riz, l'ail et assaisonner. Mélanger les 2 préparations. Répartir dans les empreintes. Enfourner 25 min dans un four préchauffé à 200°C.



A la sortie du four, enfoncer les galettes le temps du refroidissement. Démouler et dresser à l'assiette. Dresser la sauce bolognaise maison dans des mini cocottes ou autres. Servir avec une viande en sauce.

C'est une galette qui a besoin d'un accompagnement relevé...