



Entrées

Galettes de carottes avec yoghourt à l'harissa

Pour 4 personnes.

Ingrédients

600 grammes de carottes (en tranches)
400 grammes pois chiches (égouttés)
4 cuillères à soupe de coriandre (hachée gros)
2 cuillères à café de cumin en poudre
1 cuillère à café de curry en poudre
1 œuf (battu)
1 cuillère à soupe d'harissa
150 grammes de yaourt grec
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
cresson

Méthode de préparation

Cuisez les tranches de carottes jusqu'à ce qu'elles soient molles, égouttez-les et mettez-les encore un peu au feu jusqu'à ce que toute l'humidité soit évaporée. Ajoutez les pois chiches et écrasez le tout en purée grossière. Laissez un peu refroidir et mélangez-y alors la coriandre, la coriandre en poudre, le curry et l'œuf.

À la main formez 8 petites boulettes. Mettez-les ½ heure au frigo. Entretemps mélangez l'harissa au yoghourt. Aplatissez les boulettes et cuisez-les 2-3 minutes de chaque côté dans l'huile d'olive. Servez avec du cresson et le yoghourt à l'harissa.

