

GALETTES COREENNES AUX LEGUMES

Anne MASSINI le 17/01/24



INGRÉDIENTS POUR 6 PERSONNES :

*Galettes

- 450 g de juliennes de légumes surgelés ou en frais
- 1 oeuf
- 250 g de farine
- 20 cl d'eau environ
- 1 CC rase de sel
- 1 CC rase de poivre
- 4 CS d'huile
- 4 CS d'huile de sésame
- 1 bouquet de ciboule sinon ciboulette

* Sauce

- 3CS de sauce soja
- 3 CS de vinaigre de riz sinon vinaigre de cidre
- 3 CS de jus de citron
- 1 à 2 CS de sucre
- 1 gousse d'ail pressée
- 1 échalote émincée finement
- 2 pointes de piment d'Espelette (facultatif)

Préparation :

Préparer la sauce.

Préparer la pâte à galette :

Dans un saladier, verser la farine, faire un creux, casser l'oeuf, mélanger, verser l'eau petit à petit afin d'obtenir une pâte à crêpe, rajouter de l'eau si la pâte est trop épaisse + les 2 huiles. Assaisonner de sel et de poivre, mélanger.

Verser la julienne de légumes dans la pâte, mélanger.

Chauffer l'huile dans une crêpière, verser une louche de la préparation, cuire 5 minutes, retourner la crêpe, laisser cuire 3 à 4 minutes.

Continuer jusqu'à épuisement de la préparation aux légumes. Selon le type de légumes utilisés, en faire précuire certains.



Réserver au chaud les crêpes dans un four à 50-60°.

Servir accompagné de la sauce.

