

Galettes Tex-mex



Nouvelle recette de galettes ! Des galettes vegan Tex-mex, haricots rouges, farine de maïs, ces galettes étaient vraiment délicieuses ! Parfumées, savoureuses, un gros miam pour ces galettes. Ces galettes sont très bonnes telle quelle ou encore manger dans des buns à la farine de maïs, ce que j'ai fait ;)

Pour environ 4-5 galettes

Ingrédients:

1c. à soupe d'huile d'olive

1/4c. à café d'ail

500g de haricots rouges cuits

1c. à soupe de coriandre ciselée

2c. à café de cumin moulu

1/2c. à café de piment doux

1c. à café de paprika

1c. à café d'origan

1c. à soupe de farine de maïs

1/2c. à café de sel

Poivre

Préparation:

Mixez très rapidement et sans trop insister les haricots rouges de façon à les avoir écrasés tout en gardant des petits morceaux.

Versez les haricots rouges dans un saladier, et ajoutez tous les autres ingrédients. Mélangez à l'aide d'une c. à soupe et ajoutez un peu d'eau pour amalgamer la préparation. Entrepochez au moins 30min au réfrigérateur.

Formez des palets d'environ 15mm d'épaisseur. Faites chauffer un peu d'huile dans une poêle et faites dorer les galettes 2 à 3min de chaque côté.