



# Galettes au séré sur lit de betteraves

 végétarien

## Ingrédients

Plat principal

Pour 4 personnes

Donne 16 morceaux

- 600 g** de betteraves crues, p. ex. rouge, jaune, blanche
- 1** petit oignon
- 2** oranges blondes
- 4 cs** d'huile de colza HOLL
- sel
- poivre
- 40 g** de cresson de fontaine
- 500 g** de séré maigre
- 4** œufs
- 4 cs** de semoule de blé dur
- 4 cs** de farine
- 1 cc** de poudre à lever

## À vos tabliers!

<b>Préparation:</b>	env. 20 minutes
<b>Cuisson:</b>	env. 40-50 minutes
<b>Total:</b>	<b>1 h 10 min</b>

1

Faire cuire les betteraves non pelées dans un grand volume d'eau durant 40-50 min jusqu'à tendreté. Les égoutter et les peler. Les couper en quatre puis en tranches. Hacher l'oignon. Exprimer le jus des oranges. Chauffer la moitié de l'huile dans une casserole. Y faire revenir env. 2 min les oignons puis ajouter les betteraves et le jus d'orange. Faire mijoter env. 5 min à feu moyen. Relever de sel et de poivre. Pour les galettes, hacher la moitié du cresson et le mélanger avec le séré, les œufs, la semoule, la farine et la poudre à lever. Assaisonner de sel et de poivre. Prélever des portions de 1 cs et les faire dorer des deux côtés env. 2 min dans une poêle avec le reste de l'huile. Dresser les galettes sur les betteraves. Décorer avec le reste du cresson.

Recettes: Daniel Tinembart

Source: <https://migusto.migros.ch/fr/recettes/galettes-au-sere-sur-lit-de-betteraves>

## Les p'tits trucs

Pour une économie d'énergie, mettre les betteraves dans une marmite à pression, les couvrir d'eau à mi-hauteur et les faire cuire durant env. 20 min.