

Galettes moelleuses de courgettes et mozzarella

La chapelure est facultative, donc pour une recette sans gluten (donc sans chapelure), tu devras essorer tes courgettes à l'aide d'un torchon, et bien serrer.

Recette pour 12 galettes

2 grosses courgettes (en tout environ 800 g)

½ C à café de sel + ½ C à café de sel

1 œuf

200 g de mozzarella râpée (spécial cuisson)

30 g de chapelure (facultatif si tu essores bien tes courgettes)

Préparation

Préchauffe ton four à 200°C. Prépare une plaque couverte de papier cuisson.

Râpe tes courgettes (sur les gros trous). Ajoute ½ C à café de sel, et laisse reposer 10 minutes. Au bout de 10 minutes, mets les dans une passoire, et presse-les bien pour en faire sortir le maximum de jus (j'avais au départ 800 g de courgettes râpées, il m'en restait 500 g une fois essorées).

Dans un bol, mélange bien les courgettes, ½ C à café de sel, l'œuf, la chapelure, la mozzarella.

Forme 12 boules avec le mélange obtenu (ça colle un peu aux mains), aplatis légèrement et pose les sur la plaque, en les espaçant légèrement car elles vont s'étaler un peu à la cuisson.

Enfourne pour 30 minutes.

Quand elles sont cuites, attends 5 minutes avant de servir accompagné de sauce marinara.

