

Galettes de pommes de terre

Conseil: Remplacer les graines de colza par des graines de lin ou de chia.



Pour 8 pièces
Préparation: env. 35 minutes
Cuisson: env. 25 minutes
Difficulté: facile

1. Cuire les pommes de terre avec la peau dans de l'eau bouillante salée pendant environ 30 minutes, refroidir et éventuellement peler.
2. Poser les pommes de terre sur deux plaques chemisées de papier cuisson. Recouvrir d'un papier cuisson, aplatir sur une épaisseur d'environ 1 cm avec le fond de la poêle. Badigeonner les pommes de terre avec un peu de moutarde, saler.
3. Mélanger le TILSIT et tous les ingrédients jusqu'au paprika, répartir sur les pommes de terre.
4. Cuisson: 20 à 25 minutes dans le four préchauffé à 200 °C (air chaud). Répartir la demi-crème acidulée, parsemer de graines.

Ingrédients

- 8 pommes de terre moyennes fermes à la cuisson (env. 100 g chacune)
- 2 cs de moutarde
- ¼ cc de sel
- 150 g de TILSIT VERT, grossièrement râpé
- 120 g de jambon, en fines lanières
- 1 bouquet d'oignons nouveaux avec le vert, ciselé
- 2 cs de persil, finement ciselé
- Un peu de noix de muscade
- ½ cc de sel
- Un peu de paprika
- 4 cs de demi-crème acidulée
- 2 cc de graines de colza

Valeurs nutritives par pièce

161 kcal

7g lipides

13g glucides

10g protéines



Vidéo de la recette
www.tilsiter.ch/rec7