

GALETTES DE BLÉ NOIR AMANDINE

*75g de farine d'avoine
75g de farine de blé noir
40g de graines de sésame
1 bol de lait de soja non sucré
1 filet d'huile d'olive
1 c. à s. de purée d'amandes
sel - poivre
huile d'arachide*

Mélanger les farines de blé noir et d'avoine, puis incorporer de l'eau, jusqu'à obtenir une pâte épaisse. Assaisonner de sel et de poivre. Griller les graines de sésame et les ajouter au mélange. Prélever une c. à s. de cette pâte, et la délayer dans le lait de soja. Chauffer en fouettant, ajouter la purée d'amande, saler et poivrer selon le goût, et laisser épaissir. Si cela devient trop épais, ajouter un peu d'eau. Dans une poêle, chauffer un peu d'huile d'arachide et déposer des petits tas de pâte. Laisser cuire d'un côté, puis les retourner en les écrasant. Servir les galettes, nappées de sauce amandine.