



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Galette à la viande des grisons .



© Manou / cuisine-plaisirs

Ingrédients pour la galette :

- 1 c.à.s de cancoillotte
- 1 c.à.s de fromage blanc 0% MG
- 1 c.à.s de son de blé
- 2 c.à.s de son d'avoine
- 2 carrés frais aux fines herbes 0% MG
- 3 gros œufs
- Sel, poivre

Pour l'accompagnement :

- 2 c.à.s de cancoillotte à 11%
- 6 tranches de viande des Grisons
- Mélanger tous les ingrédients de base sauf les blancs d'œufs, ajouter l'assaisonnement
- Incorporer 1 c.à.s de cancoillotte puis les blancs battus en neige
- Verser la préparation dans une poêle chauffée à feu moyen
- Laisser cuire à feu TRÈS doux pendant 30 minutes
- Retourner et poursuivre la cuisson 5 minutes
- Une fois cuite, déposer les tranches de viande des Grisons et la cancoillotte
- Mettre le tout sous le gril du four pour faire gratiner



© Manou / cuisine-plaisirs



© Manou / cuisine-plaisirs



© Manou / cuisine-plaisirs