

LA RECETTE du LUNDI



mini gaufres courgette, feta et rostat

entrée



INGRÉDIENTS

Produits du Comptoir à utiliser

Zaatar
Poivre de Madagascar
Fleur de sel
Huile d'olive
Optionnel : sésame doré pour le dessus

Ingrédients

2 courgettes moyennes
120 g de feta
150 g de farine
1 yaourt nature ou yaourt grec
1 sachet de levure chimique
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
8 cl de lait
1 belle cuillère à café de zaatar
1 pincée de poivre de Madagascar
1 pincée de fleur de sel
Quelques feuilles de menthe ou de basilic, selon l'envie

Pour la sauce fraîche

1 yaourt grec
1 filet de jus de citron
1 cuillère à café d'huile d'olive
1 petite pincée de zaatar
Un peu de poivre de Madagascar
Quelques herbes fraîches ciselées



Pour 8 mini graufres



PRÉPARATION :

1. Râpez les courgettes finement. Ensuite, pressez les bien dans un torchon propre pour retirer un maximum d'eau. Cette étape change tout, car elle garde les gaufres bien croustillantes.
2. Dans un saladier, mélangez la farine, la levure, le yaourt, le lait et l'huile d'olive.
3. Ajoutez les courgettes râpées, la feta émiettée, le zaatar, le poivre de Madagascar et la fleur de sel.
4. Mélangez doucement jusqu'à obtenir une pâte assez épaisse. Elle doit tenir à la cuillère.
5. Faites chauffer le gaufrier. Huilez légèrement les plaques si besoin.
6. Déposez une grosse cuillère de pâte dans chaque empreinte. Laissez cuire jusqu'à obtenir des gaufres bien dorées.
7. Pendant ce temps, préparez la sauce. Mélangez le yaourt grec, le citron, l'huile d'olive, le zaatar, le poivre et les herbes fraîches.
8. Servez les mini gaufres tièdes avec la sauce fraîche. Ajoutez un peu de sésame doré sur le dessus pour le croquant.

Conseil gourmand

Pour une version encore plus kids friendly, servez les gaufres en petites bouchées avec la sauce dans un ramequin. Les enfants adorent tremper. Les parents, eux, adorent faire semblant que c'est uniquement pour les enfants.