

# GAUFRES SALÉES À LA COURGETTE



## INGRÉDIENTS :

### POUR 10 GAUFRES :

- 2 petites courgettes (300g)
- 300g de farine T55
- 400ml de lait d'avoine (ou un autre lait végétal nature)
- 2 c.à.s. de fécule de maïs
- 7g de poudre à lever
- 1 c.à.s. d'huile d'olive
- 1 poignée de vert de cébettes et de coriandre finement hachés
- 1 c.à.c. de curcuma
- Sel et poivre

### POUR LA SAUCE :

- 25cl de crème soja
- Le jus d'1/2 citron jaune
- Un peu de persil et de coriandre hachés
- 1 petite gousse d'ail
- Sel et poivre

## PRÉPARATION :

Commencez par râper les courgettes. Ajoutez-y une pincée de sel, mélangez, & laissez-les dégorger dans une passoire pendant 30 minutes. Pressez-les bien pour enlever le maximum d'eau.

Dans un saladier, ajoutez vos ingrédients secs (farine, fécule, poudre à lever, curcuma). Mélangez bien. Ajoutez ensuite les aromates, les courgettes râpées, le lait, l'huile d'olive & mélangez de nouveau. Salez & poivrez à votre convenance.

Laissez reposer la pâte au frais pendant 1h.

C'est le moment de sortir le gaufrier ! Laissez cuire vos gaufres pendant 4/5 minutes : elles doivent être bien dorées. Après cuisson, laissez-les reposer sur une grille afin qu'elles ne s'humidifient pas & qu'elles restent bien croustillantes à l'extérieur.

Pour la sauce, c'est très simple : il vous suffit d'émincer finement le persil, la coriandre et la gousse d'ail. Dans un petit bol, versez la crème soja, puis le jus de citron. Ajoutez vos aromates, mélangez bien. Salez et poivrez, et c'est prêt ! Le mieux est de laisser cette sauce infuser un peu au frais : elle sera ainsi pleine de saveurs !