

Au moins aussi bien que la

Chair à saucisse

pour 300 g



Ingrédients

- 100 g de galettes de riz
(goût neutre: des galettes de millet-mais-riz de Rewe (bio))
- 250 ml de bouillon de légumes
- 2 oignons de taille moyenne
- 100 g de concentré de tomates
- 2 càs d'huile de colza ou de tournesol
- ½ càc d'origan
- ½ càc herbes de Provence
- 1 càc de kelpamare (bio) ou Maggi
- 2 pointes de piment rouge ou doux en poudre
- ¼ càc de poivre noir
- ¼ càc de sel

Préparation

La veille

- Emettiez les galettes de riz et arrosez-les de bouillon de légumes. Laissez macérer un jour.

Le jour même

- Hachez finement les oignons. Mélangez tous les ingrédients et assaisonnez avec les épices. Etaler sur des tranches de baguette.

Tuyau: Garnissez avec des rondelles d'oignons et des tranches de cornichons.

Au moins aussi bien que la

Chair à saucisse

pour 300 g



Ingrédients

- 100 g de galettes de riz
(goût neutre: des galettes de millet-mais-riz de Rewe (bio))
- 250 ml de bouillon de légumes
- 2 oignons de taille moyenne
- 100 g de concentré de tomates
- 2 càs d'huile de colza ou de tournesol
- ½ càc d'origan
- ½ càc herbes de Provence
- 1 càc de kelpamare (bio) ou Maggi
- 2 pointes de piment rouge ou doux en poudre
- ¼ càc de poivre noir
- ¼ càc de sel

Préparation

La veille

- Emettiez les galettes de riz et arrosez-les de bouillon de légumes. Laissez macérer un jour.

Le jour même

- Hachez finement les oignons. Mélangez tous les ingrédients et assaisonnez avec les épices. Etaler sur des tranches de baguette.

Tuyau: Garnissez avec des rondelles d'oignons et des tranches de cornichons.