

BLINIS AUX LÉGUMES ET À LA VIANDE

Pour utiliser des yaourts en fin de vie, un surplus de ratatouille ou un fond de sauce tomate

INGRÉDIENTS :

- 2 yaourts nature
- 2 oeufs
- 100 g de farine
- 1 c. à c. de sel
- 1 sachet de levure
- 150 g de viande hachée
- 2 c. à s. de margarine
- 3 c. à s. de sauce tomate
- 5 c. à s. de ratatouille
- 1 oignon blanc



x 4



30 min



10 min



Pas cher



Facile

1. Dans un saladier, mélangez les yaourts, les œufs, le sel, la farine et la levure en fouettant.
2. Pelez et émincez finement l'oignon.
3. Dans une poêle, chauffez une cuillère à soupe de margarine et faites revenir la viande hachée avec l'oignon pendant 3 minutes. Salez, poivrez. Mélangez.
4. Incorporez la ratatouille. Remuez.
5. Versez la sauce tomate, mélangez et poursuivez la cuisson à feu doux, le temps de préparer les blinis.
6. Dans une autre poêle, faites fondre la seconde cuillerée de matière grasse. Déposez une petite louche de pâte. Faites cuire 3 minutes (quand ça fait des bulles sur le dessus, c'est cuit) retournez et continuez la cuisson 3 minutes. Faites de même avec toute la pâte.
7. Déposez la préparation sur chaque blini.