

## Galettes de polenta à l'ail des ours



<http://www.lesrecettesdejuliette.fr>

### Ingrédients, pour 1 dizaine de galettes :

- 200 g de semoule de polenta
- 1 l de bouillon de légumes
- 1 oignon
- 1 belle poignée d'ail des ours frais
- 1 c. à s. de graines de pavot
- Poivre du moulin
- Huile d'olive

### La recette de Juliette :

1. Faites bouillir le bouillon de légumes. Versez-y la polenta en pluie et laissez cuire pendant 2 minutes en remuant sans cesse, jusqu'à ce que le mélange épaississe.
2. Hors du feu, ajoutez-y l'ail des ours lavé et ciselé, l'oignon ciselé et les graines de pavot. Poivrez à convenance et mélangez.
3. Versez la polenta sur une plaque anti-adhésive et étalez-la de manière homogène afin d'obtenir une très grande galette d'1 cm de hauteur environ. Laissez refroidir puis découpez des cercles de 8-10 cm de diamètre (à l'aide d'un emporte-pièce ou d'un bol).
4. Huilez généreusement une poêle. Faites-y dorer les galettes pendant 3 minutes de chaque côté. Servez de suite, bien chaud, avec, éventuellement, de la sauce tomate ou une salade assaisonnée.