



RECETTE

pommes vonnasiennes

L.thierry

POMMES VONNASIENNES

500 Grammes pomme de terre

3 cuillères à soupe farine

3 entier oeuf

2 cuillères à soupe crème épaisse

ciboulette fraîche (facultatif)

Cuire les p.d.terre, les éplucher, passer au moulin à légumes. Ajouter les oeufs, la crème et la farine, assaisonner. Ajouter la ciboulette ciselés,

Cuire les pommes avec huile d'olive ou beurre, dans une téfal antiadhésif, mettre une cuillère à soupe de la masse en formant une petite crêpe ronde, laisser juste colorer et retourner aussitôt. Poser sur du papier absorbant.

Réchauffer au four 150° pendant 5 minutes.

Par portion (hors produits inconnus) : 20 de calories ; 0g de graisses (0,0% calories des lipides) ; 1g de protéines ; 4g de glucides 0mg de cholestérol ; trace de sel. Echanges : 1/2 Céréales (amidon).

Dates

DC/LD/gb

09/11/01

CODE

Rue Neuve 3 – 1003 Lausanne
021 / 318 71 00

Rue des Moulins 11 – 1800 Vevey
021 / 922 61 71

Ruelle Vautier 10 – 1400 Yverdon
024 / 423 40 69

www.ecole-club.ch
ecole-club@gmvd.migros.ch