



BOULETTES COURGETTE-FETA-MENTHE

INGREDIENTS :

- 2 ou 3 courgettes
- quelques oignons nouveaux
- 150 à 200g de fêta
- une poignée de feuilles de menthe
- 1 oeuf
- 1 cuillère à soupe de farine
- sel, poivre
- de la chapelure
- de l'huile d'olive



PREPARATION :

1. Lavez les courgettes et râpez-les. Placez-les dans une passoire ou dans un linge et pressez pour en extraire le maximum d'eau.
2. Une fois que les courgettes sont bien égouttées, mettez-les dans un saladier avec l'oeuf battu, le sel, le poivre (on peut ajouter un peu de sumac également), la farine, la menthe finement hachée, les oignons émincés et la fêta émiettée.
3. Mélangez le tout, dans mon cas c'est malaxez (c'est plus fort que moi, il faut que j'y mette les mains !). La préparation ne doit pas être trop liquide.
4. Formez des petites boules entre vos mains et roulez-les dans la chapelure.
5. Dans une poêle, faites chauffer l'huile et mettez-y à dorer les boulettes.
6. Servez chaud ou tiède.