

# Nuggets de pois chiche

## Ingrédients (pour 20 nuggets)

- ½ oignons
- 1 carotte
- 1 gousse d'ail
- 100g de pois chiche sec (240g de pois chiches cuits)
- 2 œufs
- 1 càc de paprika doux
- ½ càc d'origan
- 1 càs de levure malté
- 60g de flocon d'avoine
- Sel et poivre



## Préparation

1. Faire tremper les pois chiches 24h avant
2. Épluchez et coupez grossièrement l'oignon. Épluchez et râpez la carotte.
3. Mettez-les dans le bol de votre mixeur avec tous les autres ingrédients et mixez jusqu'à obtenir une texture à peu près homogène.
4. Laissez la pâte reposer une dizaine de minutes (pour que les morceaux de flocons d'avoine puissent gonfler).
5. Faites chauffer une poêle avec un peu d'huile végétale à feu moyen-fort.
6. Quand elle est chaude, mettez une petite càs de pâte sur la poêle et aplatissez-la avec une spatule. Laissez-la cuire 4-5 min jusqu'à ce qu'elle soit dorée, puis retournez et laissez de nouveau cuire 4-5min. Répétez l'opération avec toute la pâte.

