



GALETTES BRETONNES

ZUTATEN 30 GALETTES

- 700 g Buchweizenmehl
- 1,3 l Wasser
- 2 Eier
- 30 g Salz
- 10 g Pfeffer
- 35 g Olivenöl / Butter (10 g zum Kochen)
- Für die Füllung: Käse, Schinken, Ei, Pilze, Spinat, Ziegenkäse, Kuttelwurst, Senf, Räucherlachs, Sahne...

Die Galettes sind ein typisches Gericht aus der Region Bretagne, *Krampouezh* auf Bretonisch. Es ist die salzige Version der Crêpes, die auch aus der Bretagne stammen. Sie werden im allgemeinen mit einem kleinen Holz-Rake gekocht, um den Teig auszudünnen und auf die komplette Pfanne zu verteilen. In Frankreich wird die Galette mit verschiedenen Füllungen gegessen. Aber die berühmteste Galette ist natürlich die traditionelle Variante.

ZUBEREITUNG

1. In einer tiefen Schüssel Buchweizenmehl, Salz, Pfeffer und 25 g Olivenöl vermischen
2. Wasser nach und nach hinzugeben und mit einem Schneebesen zu einem Teig schlagen
3. 2 Eier hinzugeben, um eine schöne Farbe beim Kochen zu erhalten
4. Den Teig für mindestens eine bis zwei Stunden in den Kühlschrank geben
5. In einer großen beschichteten Pfanne Olivenöl erhitzen
6. Eine 3/4 gefüllte Schöpfkelle Teig in eine Pfanne geben und die Pfanne beim Einfüllen kreisen lassen. Der Teig sollte die ganze Pfanne mit einer dünnen Schicht bedecken
7. Wenn der Teig leicht bräunlich wird, kleine Luftblasen hat, und sich leicht von der Pfanne löst, die Galette wenden
8. Die Galette noch eine Minute anbraten

9. Die Galette in der Pfanne lassen und vom Herd nehmen

10. Die Galette nach Belieben füllen

11. Den Rand der Galette nach oben zu einer Art Tasche falten und die Mitte freilassen

TRADITIONELLE FÜLLUNG

"La Complète"

- 1 Ei
- 1 Scheibe Schinken
- Emmentaler
- Salz und Pfeffer

"DER NORDOSTEN"

- 5 kleine Scheiben Kuttelwurst
- Lauch
- 10 g Zwiebel
- 15 g Sahne
- 10 g scharfer
- Senf

DIE FÖRSTERIN

"La Forestière"

- 1 Ei
- 1 Scheibe Schinken
- Emmentaler
- Pilze
- Etwas Knoblauch
- Schalotten
- Salz und Pfeffer

"DIE RACLETTE"

- 2 kleinen Kartoffeln
- Raclette-Käse
- 20 g Speck
- 10 g Sahne
- Pfeffer

"DIE NORDISCHE"

- 2 Scheiben Räucherlachs
- 15 g Sahne
- Schnittlauch
- Emmentaler
- 10 g Zwiebel
- Zitronensaft

SPINAT UND KÄSE

- Ziegenkäse
- Emmentaler
- Spinat
- Rucola
- Honig
- Pfeffer