

Galette

Galette ist die französische Bezeichnung für einen runden flachen Kuchen. In der Bretagne, der Unternormandie und der Vendée bezeichnet man mit Galettes die Buchweizenpfannkuchen, die mit Käse, einem Ei, einer Wurst, gegrillten Sardinen usw. garniert sind.

Der Teig besteht traditionell nur aus Buchweizenmehl, Salz und Wasser. Dadurch erhält er eine graue Farbe. Manchmal kommen Eier, Milch, Honig oder etwas Öl in den Teig. Außerdem wird der Geschmack teilweise mit Weizenmehl im Verhältnis 1:10 bis 1:2 zum Buchweizenmehl abgerundet, falls der Geschmack zu intensiv sein sollte.

Zutatenvorschlag für 10 Galettes (ca. 18 cm)

- 125 g Buchweizenmehl
- 1 Ei
- 15 g geschmolzene Butter
- 250 ml Wasser oder Milch
- Prise Salz
- Zutaten für den Belag:
z.B. Kochschinken, Käse und Eier



Zubereitung:

In eine Schüssel das Buchweizenmehl geben, dann die geschmolzene Butter und das Ei zufügen. Peu à peu das Wasser oder Milch und eine Prise Salz dazugeben und kräftig mit einem Schneebesen verrühren, um keine Klumpen entstehen zu lassen.

Der Teig sollte schön flüssig werden und anschließend für eine Stunde in Ruhe gelassen werden. Gelegentlich umrühren und in dieser Zeit die Zutaten für die Füllungen der Galettes vorbereiten. Es wird danach sehr schnell gehen und alles muss bereitstehen.

Die Galettes backen:

Etwas Butter in die Pfanne geben, eine kleine Kelle Teig in die vorgeheizte Pfanne gießen und die Pfanne schwenken, damit der Teig sich gleichmäßig aufteilt. Man kann den Teig mit einem „Teigverteiler“ breit in der Pfanne verteilen. Die Galette soll nicht so dick wie ein deutscher Pfannkuchen sein!

Sobald der Teig „gekocht“ ist, die Zutaten des Belags in die Mitte der Galette platzieren. Falls Sie frische Champignons verwenden, diese bitte auf Grund der Zubereitungszeit zuerst platzieren. Dann den Käse, der schön schmelzen soll, und anschließend zum Beispiel mit Kochschinken, Tomaten und einem Ei belegen.

Nun werden die Seiten der Galette auf die Mitte gefaltet, so dass die Hitze sich regelmäßig verteilen kann.

Sie können viele kreative und vegetarische Varianten wählen. Dazu noch eine zusätzliche Portion gegrilltes Gemüse und/oder einen Salat servieren. Dabei wünschen wir Ihnen viel Vergnügen!