Galettes bretonnes - Buchweizencrèpes mit Gemüse und Ei

In der Bretagne werden diese Crèpes traditionell mit Schinken, Käse und Ei belegt. Sie lassen sich natürlich auch nach Belieben befüllen: Mit verschiedenen Gemüsen und Käse. Das Ei gehört aber immer dazu. Die Crèpes werden noch in Pfanne mit der Füllung belegt und dann gefaltet: Von vier Seiten her werden die Ränder der Crèpes zur Mitte hin geschlagen. Da gehört etwas Fingerspitzengefühl dazu, denn der Teig ist etwas zerbrechlich (aber schön knusprig). Die Crèpes werden am Besten bei eher tiefer Temperatur lange gebraten und sie dürfen nicht zu dick belegt werden, damit das Einfalten unfallfrei gelingt.

Zutaten (3 Portionen)

```
Teig:
125g    Buchweizenmehl
1       Ei
20g     Tafelbutter
3g      Salz
2dl     kaltes Wasser

Füllung:
500g    Gemüse
        (Rüebli, Kohlrabi, Zucchetti, Tomate)
1       kleine Zwiebel
1       Knoblauchezehe
1       Handvoll frische Kräuter
        (Petersilie, Basilikum)
1dl     kräftige Gemüsebouillon
30g     halbharter Käse
1       Ei pro Galette
        Pfeffer
```

Zubereitung

Teig:
Butter schmelzen.

Mehl, Salz und Ei in eine Schüssel geben. Flüssige Butter dazugiessen und alles mit eine Gabel gut vermischen. Kaltes Wasser nach und nach zugeben, zuerst mit der Gabel vermischen, sobald der Teig flüssiger wird, den Schwingbesen zur Hand nehmen. Es sollte ein recht flüssiger und etwas "schleimiger" Teig entstehen. Teig 30 - 60 Minuten ruhen lassen.

Füllung:
Gemüse in ca. 1cm grosse Würfel schneiden. Zwiebel hacken, Knoblauch fein würfeln. Kräuter eher grob hacken.

Zwiebel in Bratbutter 2-3 Minuten anschwitzen. Rüebli und Kohlrabi zugeben und ca. 5 Minuten mitdünsten. Ab und zu wenden. Knoblauch, Kräuter, Tomaten und Zucchetti zugeben. Bouillon dazugiessen und zugedeckt 10 Minuten köcheln lassen. Deckel abnehmen und weitere 5-10 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss sollte die Flüssigkeit fast ganz eingekocht sein. Eventuell überschüssige Flüssigkeit abgiessen. Nach Belieben mit Pfeffer würzen. Auskühlen lassen.

Galettes braten:
Teig nochmals mit dem Schwingbesen kurz durchrühren.

Eine möglichst grosse und beschichtete Bratpfanne nur leicht aufheizen und mit Bratbutter auspinseln. Teig zugeben und zu einer dünnen Schicht ausfliessen lassen, dazu die Pfanne ausschwenken. Sobald sich die Teigoberfläche verfestigt (nach ca. 3-4 Minuten) eine dünne Schicht Gemüse auftragen. Der Abstand zum Teigrand sollte ca. 3cm betragen. In der Mitte eine Delle in das Gemüse eindrücken, das Ei aufschlagen, hineingeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Käse durch die Röstiraffel reiben und über das Gemüse verteilen. Die Galette ca. 10 Minuten leicht bräteln lassen, bis das Eiweiss zu stocken beginnt. Ränder der Galette mit einer Kelle von vier Seiten her zur Mitte hin einschlagen, ohne das Eigelb zu überdecken. Nochmals ca. 5 Minuten bräteln lassen, dabei die eingeschlagenen Teiglappen immer wieder leicht festdrücken.

nahrin
BOUILLON
Vegetabil-Extrakt
Extrait végétal
Estratto vegetale
Buchweizen
MEHL