



Rezept-Tipps des Monats

Original wie in der Bretagne – Crêpes und Galettes

Sie sind die bretonische Spezialität und werden hierzulande fälschlicherweise als simple Eierkuchen gehandelt: die süß gefüllten Crêpes und die herzhaften Galettes lassen sich in zahlreichen Variationen befüllen und machen – versprochen! – nicht nur Ihre Kinder glücklich.

Crêpes:



10 Stück

- 250 g Weizenmehl
- 100 g Zucker
- 2 Eier
- 1 Prise Salz
- 25 g Butter
- 500 ml Milch

TIPP:

Im Handel sind spezielle Crêpes-Pfannen erhältlich, die mit ihrem schmalen Rand das Befüllen und Wenden der dünnen Pfannkuchen erleichtern.

Zubereitung:

Zucker, geschmolzene Butter, Salz und Eier werden verrührt. Mehl und Milch werden peu à peu hinzugegeben, bis ein klümpchenfreier, möglichst flüssiger Teig entsteht. Lassen Sie den Teig eine Stunde ruhen, bevor Sie ihn dünn in der Pfanne ausrollen und die Crêpes backen.

Gefüllt werden die Crêpes in der Regel nach dem ersten Wenden direkt in der Pfanne.

Der Phantasie sind hier keine Grenzen gesetzt: Zimt und Zucker, Nutella oder Marmelade, Honig und Nüsse, Birnen und Schokosauce – alles ist erlaubt. **Absolutes Highlight: dazu eine Kugel Vanille-Eis.**

Galettes:

10 Stück

- 250 g Buchweizenmehl
- 1 Ei
- 700 ml Milch und kaltes Wasser
- 3 TL Salz
- 50 g Butter



Wir wünschen
Ihnen einen
**GUTEN
APPETIT**

Zubereitung:

Das Geheimnis der herzhaften Galettes ist der dünne, knusprige Teig aus Buchweizenmehl und Wasser. Auch hier verrühren Sie die Zutaten zu einem flüssigen Teig und braten und befüllen die Zutaten direkt in der Pfanne.

Der klassische bretonische Galette wird mit Emmentaler, Schinken und einem Spiegelei gefüllt. Feinschmecker können aber natürlich mit allen erdenklichen Zutaten experimentieren: Gemüse, Kartoffeln, Würste, Fisch, Pilze ...

Besonders lecker: eine Mischung aus herzhaft und süß, z. B. mit Ziegenkäse, Honig und Nüssen.

EINKAUFSLISTE

Was Sie aus Ihrem Edeka-Markt noch brauchen:

- Buchweizenmehl
- Eier
- Milch
- Salz
- Butter
- Weizenmehl
- Zucker



Neundorfer Straße 25
08523 Plauen