



Bunte Karotten-Lauch-Galette

mit selbst gemachtem Cheddar-Teig



ca. 1h



3-4 Personen

Die Galette hat ihren Ursprung in der Bretagne. Der flache Kuchen kann süß oder herzhaft sein und aus verschiedenen Getreidesorten oder Kartoffeln hergestellt werden. Wir haben uns für eine herzhaft Variante mit feinem Lauch und Möhrchen in dreierlei Farben entschieden. Der Clou des Kuchleins: der knusprige, selbst gemachte Mürbeteig mit Cheddar. Fantastique!

Was du von uns bekommst

- 250g Butter ⁷
- 300g Weizenmehl ¹
- 75g geriebener Cheddar ⁷
- 2 Karotten
- 2 lila Karotten
- 2 gelbe Karotten
- 2 Stangen Lauch
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Packungen Harissa

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei ³
- 2TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- Frischhaltefolie
- große Pfanne
- Küchenwaage
- Küchenpinsel und Nudelholz

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1031kcal, Fett 70.7g, Kohlenhydrate 73.8g, Eiweiß 19.6g



1. Teig vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. **200g kalte Butter** in ca. 2cm große Würfel schneiden. **2TL Mehl** beiseitestellen, je ½TL Salz, Pfeffer und Zucker sowie den **Käse** zum **restlichen Mehl** geben und gut vermengen. Die **Butterstücke** einzeln zwischen den Fingern im Mehl zerdrücken. **Tipp:** Möglichst rasch arbeiten, damit die **Butter** nicht zu warm wird.



4. Gemüse anbraten

Die **Karotten**, den **Lauch** und den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze ca. 2Min. anbraten. Mit der **Harissapaste** und 2TL Honig würzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Teig kneten

6-8EL sehr kaltes Wasser über die **Mehl-Butter-Mischung** träufeln und verkneten, bis alles zu einem trockenen **Teig** vermengt ist. **Tipp:** Den **Teig** nicht zu stark kneten, damit er nicht zu weich wird. Den **Teig** halbieren, zu zwei Kugeln formen, flach drücken, in Frischhaltefolie einwickeln und mindestens 10Min. im Tiefkühlschrank aufbewahren.



5. Teige belegen

Die **Teige** auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche geben und mit dem **übrigen Mehl** bestäuben. Mit einem Nudelholz jeweils zu einem Kreis von ca. 28cm ausrollen. Das **Gemüse** auf den **Teigen** verteilen, dabei jeweils einen 3-4cm breiten Rand frei lassen. Den Rand vorsichtig über das **Gemüse** klappen, sodass die Mitte frei bleibt.



3. Gemüse schneiden

Die **Karotten** ggf. schälen und mit dem **Lauch** schräg in dünne Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



6. Galettes backen

1 Ei verquirlen und die **Teige** damit bestreichen, dann mit je 1 kräftigen Prise Pfeffer bestreuen. Die **restliche Butter** zerkleinern und mittig auf dem **Gemüse** verteilen. Die **Galettes** in 30-35Min. im Ofen goldbraun backen. Nach Belieben in Stücke schneiden und servieren.