



## Special: Nektarinen-Pflaumen-Galette

mit Minze und Crème fraîche



40-50min



2 Personen

Hier kommt ein erfrischend sommerliches Dessert für den nächsten Grillabend. Oder einfach mal so zum Spaß. Säuerlich-süße Nektarinen und Pflaumen sind das Herzstück der Galette, die nicht nur hübsch anzusehen ist – auch die inneren Werte sind absolut in Ordnung: Das Obst wird mit Ingwer, Ahornsirup und Limettensaft raffiniert abgerundet. Kokosflocken, Minze und Crème fraîche verleihen dem Ganzen zusätzliche Frische.

## Was du von uns bekommst

- 1 Stück Ingwer
- 1 unbehandelte Limette
- 2 Nektarinen
- 2 Pflaumen
- 1 Päckchen Ahornsirup
- 1 Packung Quicheteig<sup>1</sup>
- 1 Packung Kokosflocken<sup>12</sup>
- 1 Becher Crème fraîche<sup>7</sup>
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 10g Minze

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter<sup>7</sup>
- 1EL Weizenmehl<sup>1</sup>
- Zucker
- Salz

## Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- kleiner Topf
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Küchenpinsel

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

### Kochtipp

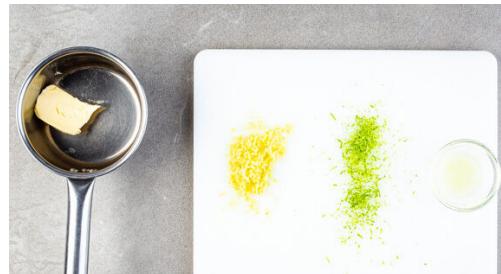
Dieses Rezept ergibt 4 Portionen.

### Allergene

Gluten (1), Milch (7), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 573kcal, Fett 35.8g, Kohlenhydrate 55.4g, Eiweiß 7.2g



### 1. Zutaten vorbereiten

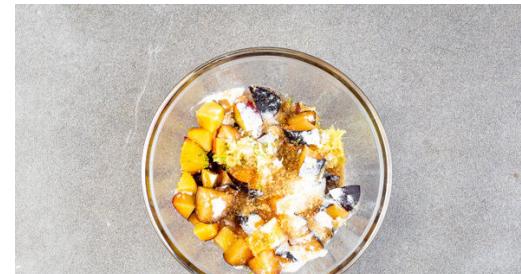
Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Die **1/2 des Ingwers** schälen und fein reiben. Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. 1EL Butter in einem kleinen Topf schmelzen.

**Tipp:** Alternativ kann man die Butter auch innerhalb weniger Sekunden in der Mikrowelle schmelzen.



### 2. Obst schneiden

Die **Nektarinen** und die **Pflaumen** halbieren, den Stein jeweils entfernen und das **Fruchtfleisch** in ca. 1cm große Stücke schneiden.



### 3. Obst verfeinern

Das **Obst** mit **1-2TL Ingwer**, dem **Ahornsirup**, dem **Limettensaft**, **1TL Limettenschale**, 1EL Mehl, 2EL (braunem) Zucker und 1 kleinen Prise Salz vermengen.



### 4. Galette vorbereiten

1EL kalte Butter in kleine Würfel schneiden. Den **Teig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen und das **Obst** gleichmäßig darauf verteilen, dabei einen Rand von ca. 4cm aussparen. Die Butterwürfel auf dem **Obst** verteilen und den Rand über das **Obst** falten.



### 5. Galette backen

Den **Teigrand** mit der geschmolzenen Butter bepinseln und mit 1EL (braunem) Zucker bestreuen. Die **Galette** 35-40Min. im Ofen goldbraun backen. Nach ca. 20Min. überprüfen, ob die **Galette** zu dunkel wird, dann ggf. mit etwas Alufolie abdecken. Die **Galette** ca. 5Min. vor Ende der Garzeit mit den **Kokosflocken** bestreuen.



### 6. Garnitur vorbereiten

Die **Crème fraîche** mit dem **Vanillezucker** verrühren und bis zum Servieren kalt stellen. Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Die fertig gebackene **Galette** aus dem Ofen holen und mindestens 15Min. abkühlen lassen, am besten, bis sie Raumtemperatur hat. Anschließend mit der **Minze** garnieren, in Stücke schneiden und mit der **Crème fraîche** servieren.