

Special: Nektarinen-Pflaumen-Galette

mit Minze und Crème fraîche



40-50min



3-4 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

- 2 Stück Ingwer
- 1 unbehandelte Limette
- 3 Nektarinen
- 4 rote Pflaumen
- 2 Päckchen Ahornsirup
- 2 Packungen Quicheteig ¹
- 2 Packungen Kokosflocken ¹²
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 10g Minze

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Butter ⁷
- 2EL Weizenmehl ¹
- Zucker
- Salz

Küchenutensilien

- Backofen und 2 Backbleche
- kleiner Topf
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Küchenpinsel

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

Kochtipp

Dieses Rezept ergibt 8 Portionen.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1026kcal, Fett 62.1g, Kohlenhydrate 102.8g, Eiweiß 13.0g



1. Zutaten vorbereiten

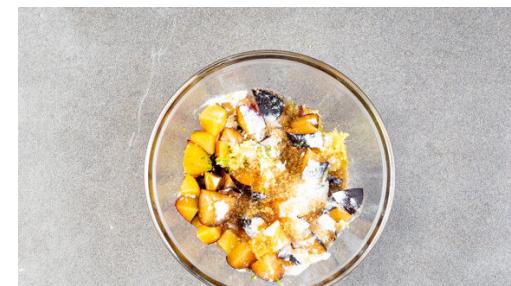
Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Den **Ingwer** schälen und fein reiben. Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. 2EL Butter in einem kleinen Topf schmelzen.

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 **1EL Ingwer**, dem **Ahornsirup**, dem **Limettensaft**, der **Limettenschale**, 2EL Mehl, 4EL (braunem) Zucker und 1 Prise Salz vermengen.



4. Gallettes vorbereiten

2EL kalte Butter in kleine Würfel schneiden. Die **Teige** mit dem Papier nach unten auf zwei Backblechen ausrollen und das **Obst** gleichmäßig darauf verteilen, dabei jeweils einen Rand von ca. 4cm aussparen. Die Butterwürfel auf dem **Obst** verteilen und die Ränder über das **Obst** falten.



5. Gallettes backen

Die **Teigränder** mit der geschmolzenen Butter bepinseln und insgesamt mit 2EL (braunem) Zucker bestreuen. Die **Gallettes** 35-40Min. im Ofen goldbraun backen, nach ca. 20Min. die Position der Bleche tauschen und überprüfen, ob die **Gallettes** zu dunkel werden, dann ggf. mit etwas Alufolie abdecken. Die **Gallettes** ca. 5Min. vor Ende der Garzeit mit den **Kokosflocken** bestreuen.



6. Ganritur 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 gebackenen **Gallettes** aus dem Ofen holen und mindestens 15Min. abkühlen lassen, am besten, bis sie Raumtemperatur haben. Anschließend mit der **Minze** garnieren, in Stücke schneiden und mit der **Crème fraîche** servieren.