

DINNERLY



Herzhafte Champignon-Lauch-Galettes mit cremiger Käsesauce



2 Portionen

Als „Galettes“ bezeichnet man in Frankreich herzhafte Crêpes, die mit Gemüse, Fleisch, Käse und anderen leckeren Dingen gefüllt und dann meist zu hübschen Vierecken eingeschlagen werden. Unsere vegetarische Füllung besteht heute aus Pilzen, Lauch und einer herrlich cremigen Käsesauce, die den Galettes den letzten Schliff verleiht. Et voilà: Gefüllte Pfannkuchen mal anders – bon appétit!

WAS DU VON UNS BEKOMMST

- 150g Weizenmehl ¹
- 250ml Milch ⁷
- 250g Champignons
- 1 Stange Lauch
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Päckchen griechische Gewürzmischung
- 50g alter Gouda, gerieben ⁷

WAS DU ZU HAUSE BENÖTIGST

- 1 Ei ³
- 1 Knoblauchzehe
- 2TL Butter ⁷
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

KÜCHENUTENSILIEN

- 2 große Pfannen
- Schneebesen

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 787kcal, Fett 42.1g, Kohlenhydrate 70.5g, Eiweiß 31.4g



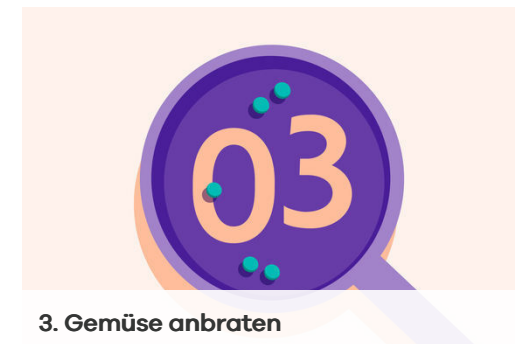
1. Teig anrühren

Das **Mehl** mit ½TL Zucker und 1 kräftigen Prise Salz vermischen. Die **Milch** mit 1 Ei verquirlen, die **Milchmischung** zum **Mehl** gießen und mit einem Schneebesen unterrühren, bis alles vermengt ist. Den **Teig** beiseitestellen.



2. Pfannkuchen backen

1TL Butter in einer großen Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze schmelzen. ¼ des **Teigs** in die Pfanne gießen und als dünnen **Pfannkuchen** von einer Seite backen, bis die Oberseite fast komplett trocken ist, dann den **Pfannkuchen** wenden und fertig backen. **3 weitere Pfannkuchen** auf die gleiche Weise backen; nach dem zweiten **Pfannkuchen** erneut 1TL Butter zugeben.



3. Gemüse anbraten

Währenddessen die **Pilze** ggf. säubern und vierteln. Den **Lauch** längs halbieren und quer in ca. 0,5cm breite Streifen schneiden. Beides in einer weiteren großen Pfanne mit 1EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz bei starker Hitze ca. 10Min. braten, bis die **Pilze** goldbraun sind. 1 Knoblauchzehe schälen und fein würfeln, zum **Gemüse** in die Pfanne geben und ca. 1Min. weiterbraten.



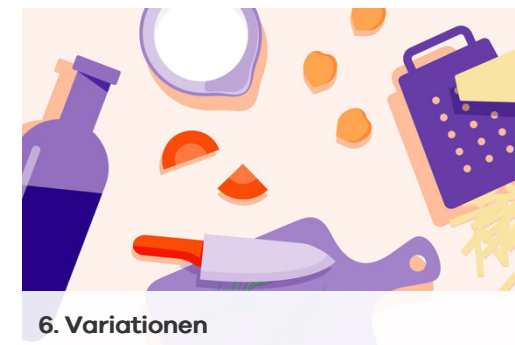
4. Füllung kochen

¼ des **Gemüses** aus der Pfanne nehmen und als **Garnitur** beiseitestellen. Die Hitze für die Pfanne reduzieren, die **Crème fraîche**, die **Gewürzmischung**, den **Käse** und reichlich Pfeffer unter das **Gemüse** in der Pfanne rühren und alles zu einer cremigen **Füllung** einköcheln lassen. Ggf. 2–3EL Wasser zugeben, falls die **Sauce** zu dick wird.



5. Galettes füllen

Die **Füllung** mittig auf den **4 Pfannkuchen** verteilen und die **Pfannkuchen** an vier Seiten etwas einschlagen, sodass noch etwas **Füllung** in der Mitte sichtbar bleibt. Die **Galettes** mit dem **restlichen Gemüse** garnieren und servieren.



6. Variationen

Herzhaft gefüllte Pfannkuchen sind ein köstliches, vielseitiges Schlemmerfrühstück. Willst du mehr davon probieren? Dann versuch doch eine Galette mit nussigem Gruyère-Käse, einer Scheibe Schinken und einem Spiegelei, oder werde kreativ mit einem Rest Chili con Carne vom Vorabend, einer Handvoll geraspeltem Cheddar und ein paar Schnittlauchröllchen.