

## GALETTE MIT SPINAT UND KÄSE



150 g Buchweizenmehl (extra fein)  
2 Eier  
150 ml Milch  
800 g junger Spinat  
2 Zwiebeln  
1 Knoblauchzehe

Öl zum Braten  
Salz, Pfeffer, Muskat  
200 g Champignons  
150 g Ziegenfrischkäse  
70 g Parmesan

für 6 Galettes

1. Aus Mehl, Eiern, Milch, 1 TL Salz und 170 ml Wasser einen flüssigen Teil anrühren. Teig mindestens 30 Minuten quellen lassen.
2. Spinat waschen und gründlich abtropfen lassen. Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten, den Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen. Champignons in einer kleinen beschichteten Pfanne scharf anbraten. Ziegenfrischkäse zugeben und bei kleiner Hitze kurz schmelzen lassen, salzen und pfeffern. Parmesan grob reiben.
3. Eine große beschichtete Pfanne mit wenig Öl fetten. Darin nacheinander ca. 6 Galettes backen. Dafür jeweils etwa 1 Suppenkelle Teig in die Pfanne geben und bei starker Hitze von beiden Seiten goldbraun backen.
4. In die Mitte der Galettes den Spinat geben und die Pilz-Frischkäse-Creme darauf verstreichen. Die Rundungen der Galette einschlagen, sodass ein Quadrat entsteht. Mit Parmesan bestreuen. Auf mit Backpapier belegte Bleche legen. Im 180 Grad heißen Ofen ca. 10 Minuten garen und sofort warm servieren.

Quelle: ReformhausKurier, Oktober 2012