

そば粉のガレット

フランス ブルターニュ地方の郷土料理

材料(6枚分)

そば粉	150 g
ベーコン	6枚
塩	小さじ 1/4
しめじ	2パック
水	250 cc
ナバナ(行者にんにくでも良い)	1/2 束
卵	1個
卵(温泉卵でも良い)	6個
チーズ(ピザ用)	適量
サラダオイル・オリーブオイル	適量



- ① ボウルにそば粉と塩を入れ、100 ccの水を入れて練る。粉分が無くなったら残り 150 ccの水と卵を加えて泡立て器で混ぜ合わせる。布巾をかけて1時間ほどやすませる。
- ② フライパンに2 cmに切ったベーコンを入れ、オリーブオイル小さじ2を加えて炒め、焼き色がついたら石突きを取って小房に分けたしめじ・3 cmに切ったナバナを加えて炒め、ブラックペッパーを少しふります。
- ③ フライパンを温めサラダオイル少しを入れペーパーを使って全体になじませます。①をお玉ひとつ分流し入れフライパンを動かしながら薄く広げます。
- ④ 表面まで焼けてきたら②の具をのせチーズものをせます。中央を少しくぼませ卵を割りいれます。
- ⑤ 皮の端がカリッとなったなら四方から内側に皮を折具を包むようにします。
- ⑥ フタをして弱火で加熱し、チーズが溶けて卵も半熟状態になったら器にもりつけます。好みにブラックペッパーをふって召し上がれ。