



<http://www.lesfoodies.com/>

## Galette Sarrasin : La Traditionnelle



Temps de préparation: <15 minutes

Difficulté: Facile

### Ingrédients (1 personne):

Pour la pâte de Sarrasin :

- 250 gr de Farine de Blé Noir
- 2 Œufs
- 25 cl de Lait Entier
- 25 cl d'Eau
- ½ càc de Sel Fin
- 2 cas d'Huile d'Olive
- 40 gr de Beurre ½ Pour La Cuisson

Pour la garniture :

- 1 Tranche de Jambon
- 1 Poignée d'Emmental (Comté pour nous)

### Préparation:

Préparation de la pâte Sarrasin :

1°) Dans un saladier, déposez la farine et le sel. Mélangez et faites un puits au centre.

2°) Cassez les œufs un à un dans le puits, incorporez les cuillères d'huile d'olive puis mélangez délicatement avec une cuillère en bois en laissant de la farine sur les parois afin de ne pas former une boule de pâte.

3°) Votre pâte doit être lisse avant d'y incorporez petit à petit le lait puis pour finir l'eau. Mélangez avec un fouet.

4°) Laissez reposer votre pâte 2 heures.

Finition :

1°) Dans une grande poêle sur feu vif, faites fondre un peu de beurre ½ sel et versez une louche entière de pâte. Lorsque la surface est totalement sèche, retournez la galette et laissez-la cuire 20 secondes. Baissez le feu sur doux.

2°) Ajoutez la tranche de jambon et parsemez dessus de l'emmental.

3°) Pliez la galette selon votre envie et dégustez aussitôt.

<http://odelicesdenanou.canalblog.com/archives/2012/05/05/24192465.html>

*Publié par Ô Délices De Nanou - <http://www.lesfoodies.com/toutenature>*