

DINNERLY



Galettes met champignon en prei en romige kaassaus



2 personen

In Frankrijk worden hartige crêpes galettes genoemd. Ze worden gevuld met groenten, vlees, kaas en andere heerlijke dingen en dan meestal in mooie vierkantjes gevouwen. Onze vegetarische vulling bestaat vandaag uit champignons, prei en een romige kaassaus. Et voilà: gevulde pannenkoeken op z'n Frans - bon appétit!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 150g tarwebloem ¹
- 250ml volle melk ⁷
- 250g champignons
- 1 prei
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 1 zakje gyroskruiden
- 50g geraspte oude kaas ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 ei ³
- 1 teen knoflook
- 2tl boter ⁷
- peper en zout
- suiker
- olijfolie

KOOGEREI

- 2 grote koekenpannen
- garde

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 787kcal, vet 42.1g, koolhydraten 70.5g, eiwit 31.4g



1. Beslag maken

Meng de **bloem** met 1/2tl suiker en een flinke snuf zout. Meng de **melk** met 1 ei. Roer het **melkmengsel** met een garde door het **bloemmengsel**.



2. Pannenkoeken bakken

Laat 1tl boter smelten in een grote koekenpan op medium tot hoog vuur. Giet **1/4e van het beslag** in de pan en bak tot de bovenkant bijna helemaal droog is. Draai de **pannenkoek** dan om en bak de andere kant. Herhaal dit met de **rest van het beslag**. Voeg na de tweede **pannenkoek** nog 1tl boter toe.



3. Groenten bakken

Borstel evt. de **champignons** en snij ze in vieren. Snij de **prei** in de lengte doormidden, was de bladeren en snij ze overdwars in repen van ca. 0,5cm breed. Verhit een tweede grote koekenpan met 1el olijfolie op hoog vuur. Voeg de **champignons**, **prei** en een flinke snuf zout toe en bak ca. 10min, tot de **champignons** goudbruin zijn. Pel 1 teen knoflook, snij fijn en bak ca. 1min mee.



4. Vulling koken

Haal **1/4e van de groenten** uit de pan en zet opzij. Zet het vuur lager en voeg de **crème fraîche**, de **kruidenmix**, de **kaas** en een flinke snuf peper toe aan de pan. Roer goed door en laat het geheel tot een romige **vulling** inkoken. Voeg evt. 2-3el water toe, als de **sous** te dik wordt.



5. Galettes vullen

Verdeel de **vulling** over de **4 pannenkoeken** en klap de zijkanten van de **pannenkoeken** gedeeltelijk over de **vulling**, zodat de **vulling** nog zichtbaar is. Garneer de **galettes** met de **rest van de groenten** en serveer.



6. Variaties

Hartige pannenkoeken zijn overheerlijk en veelzijdig. Lust je er nog meer? Probeer dan een versie met gruyèrekaas, ham en spiegelei, of wordt creatief met restjes chili con carne, geraspte cheddar en fijngesneden bieslook.