

Galettes de sarrasin

Une spécialité bretonne qu'on ne présente plus. Il en existe différentes variantes, en voici une authentique, partagée par un couple de visiteurs à la retraite qui tenaient une crêperie bretonne bien sûr.

INGRÉDIENTS

- 1 kg de farine de sarrasin
- 1 poignée de farine de blé bise
- 1 poignée de gros sel
 - 1.5 L d'eau
 - 500 mL de lait

La veille, dans un grand récipient pouvant être fermé hermétiquement, mélangez les farines, le sel et l'eau.

Pétrissez à la main un long moment pour bien incorporer les bulles d'air.

Laissez reposer la pâte toute la nuit au réfrigérateur avec son couvercle fermé pour laisser la fermentation agir.

Le lendemain ajoutez le lait, les galettes sont prêtes à cuire!

La galette s'agrémente généralement de garnitures salées (œuf, fromage, jambon, ...) mais peut aussi très bien se marier avec du chocolat noir, de la confiture, ...



LES IDÉES DE RECETTES
DU MOULIN DE LA BORIE