



BIO MIT HAND UND HERZ!

## Galette – Grundrezept

### Zutaten

200 g	Werz Buchweizen Vollkorn Mehl, glutenfrei
2 EL	Werz Erdmandel Flocken, glutenfrei
60 ml	Kokosöl
100 ml	Reisdrink oder Wasser
1 Prise	Salz

### Zubereitung

Backofen bereits zu Beginn auf 175 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Alle Zutaten, bis auf die 100 ml Flüssigkeit, in eine Rührschüssel geben. Während des Rührens nach und nach den Reisdrink bzw. das Wasser hinzugeben, bis ein geschmeidiger Teig entsteht.

Den Teig am besten auf einem Backpapier ausrollen und im Anschluss auf ein Backblech ziehen. Auf diese Weise lässt er sich leichter weiterverarbeiten.

Dieser Galletteteig ist für süße und herzhaft Beläge geeignet. Mit Früchten und Pudding belegt oder wie auf dem Bild mit Tomatenpesto, Zucchini und Parmesan. Beim Belegen darauf achten, dass ein Rand ringsum von 5-6 cm ausgespart bleibt, da dieser im Anschluss vorsichtig eingeklappt und angedrückt wird. Nach 25 Minuten Backzeit ist die Galette fertig.

Guten Appetit!



glutenfrei



vegan



Schaut auch auf Instagram und Facebook nach Inspirationen und Rezeptideen.  
Hast Du Rezeptideen für uns? Sende eine Mail an: [info@werz.bio](mailto:info@werz.bio)



[www.werz.bio](http://www.werz.bio)



DE-ÖKO-007