



ハムと卵のそば粉ガレット

フランス北西部のブルターニュ地方では雨量が多いため、昔から小麦粉ではなく、そば粉が生産されていました。

そのそば粉を使った郷土料理です。

信州のそば粉でも同様のガレットを焼くことができます。

材料：4人分

<そば粉ガレット生地>	卵-----4個
そば粉-----100g	ハム-----8枚
卵-----1個	ピザ用チーズ-----100g
水-----200ml	
塩-----少々	ルッコラ・ミニトマト・塩・こしょう・オリーブ油-----各適量
オリーブ油-----適量	

作り方：

1. ガレット生地を作る。ボウルに水と卵を合わせて溶く。そば粉と塩を入れてダマがなくなるまで混ぜる。
2. フライパンを弱火にかけてオリーブ油少々を温め、ガレット生地1/4量を流して広げる。
3. 生地が固まらないうちにハム、卵、チーズをのせて、塩とこしょうをふる。蓋をして5分ほど蒸し焼きにする。
4. 器に盛り付け、ルッコラとミニトマトを添えて塩とこしょうをふり、オリーブ油をかける。