



# GALETTES DE BLÉ NOIR

## INGRÉDIENTS POUR 8 À 10 GALETTES

- 350 g de farine de blé noir
- 10 g de gros sel
- 85 cl d'eau fraîche
- 1 œuf
- Un peu d'huile pour la cuisson ou..du beurre !

**TEMPS DE PRÉPARATION : 15MN**

**TEMPS DE REPOS : 4H**

**TEMPS DE CUISSON : 3MN PAR GAL.**

## PRÉPARATION

### La pâte

Dans un saladier, mélangez la farine et le gros sel.

Faites un petit puits au centre puis versez l'eau en trois ou quatre fois tout mélangeant à l'aide d'un fouet. Vous obtiendrez alors une pâte lisse et épaisse.

Ajoutez ensuite l'œuf, cela va détendre un peu la pâte (et donnera une belle coloration à la cuisson).

Filmez le saladier ou couvrez d'un linge propre et laissez la pâte reposer au minimum 4h dans un endroit frais et sec (mais pas au réfrigérateur). Vous pouvez préparer la pâte la veille pour le lendemain, et la laisser reposer toute la nuit également.

Après ce temps de repos, mélangez bien la préparation à nouveau. Ajoutez un peu d'eau fraîche si la pâte est trop épaisse.

### Cuisson

La règle est d'avoir une poêle bien chaude (mais pas trop chaude) et de graisser la poêle légèrement entre chaque galettes.

Pour commencer, graissez votre galettière / crêpière avec un papier imbibé d'huile. Sur feu vif, versez une louche de pâte dans la poêle et étalez en faisant tourner la poêle puis laissez cuire jusqu'à ce que les parois et le centre se détachent facilement.

A l'aide d'une spatule, retournez la galette et laissez cuire environ 1 min sur l'autre face.

Réservez ensuite sur une assiette.

Beurrez ou huilez très légèrement entre chaque galette.

A ce stade, vous pouvez aussi, sans retourner la galette, y mettre vos ingrédients et poursuivre la cuisson.