

# *Grins-Galette* (für 4 Kinder)

*Sorgt für gute Gefühle und Freundlichkeit.  
Verzaubert auch ohne Magie.*

## *Zutaten:*

180 Gramm Buchweizenmehl  
Eine Handvoll Salzkraut (oder 1 Teelöffel Salz)  
320 Milliliter kaltes Wasser  
5 Eier von sportlichen Hühnern (oder von glücklichen)  
1 Bund Flunkernde Frühlingszwiebeln (oder normale)  
Öl für die Pfanne  
120 Gramm Käse, zum Beispiel Gruyère oder Gouda  
4 Esslöffel Crème fraîche  
4 Scheiben gekochter Schinken  
Pfeffer



*Und so wird's gemacht:*

Mehl und das Salz mit dem kalten Wasser mischen. Das Ei hinzugeben und alles gut verrühren. Den Teig für mindestens vier Stunden quellen lassen. Am besten abgedeckt über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Käse reiben. Zum Backen etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und eine Schöpfkelle Teig in die Mitte geben. Die Pfanne schwenken, sodass der Teig den kompletten Pfannenboden bedeckt.

Sobald sich Bläschen auf dem Pfannkuchen bilden, je einen Esslöffel Crème fraîche und eine Scheibe Schinken darauf geben und mit Gruyère bestreuen. Ein Ei darauf geben. Alle vier Seiten des Pfannkuchens zu einem Viereck einklappen.

Um das Ei zu stocken, entweder den Topfdeckel auf die Pfanne legen und die Platte auf die kleinste Stufe stellen. Restliche Galettes genauso backen.

Mit Lauchzwiebelringen und frisch gemahlenem Pfeffer sofort servieren.

Achtung: Bei übermäßigem Verzehr neigt der Esser oder die Esserin zu Überfreundlichkeit und schwülstigen Sätzen.