

# Galette cu naut si fasole verde

written by Andreea



Galette cu naut si fasole verde sunt o idee tare buna pentru o gustare sau pentru un picnic. Inca este cald afara si puteti iesi in parc sau la padure si sa savurati aceste delicioase galette.

Dar ce este galette? O tarta rustica preparata in general cu aluat fraged pe baza de unt si umpluta cu diverse tipuri de fructe sau legume si branzeturi. Pe blog mai gasiti o idee de galette cu ciuperci si sparanghel. Gasiti de asemenea si varianta dulce, galette cu cirese.

Orice umplutura ati alege, va asigur ca sunt delicioase si o sa-i incantati pe cei dragi cu ele! Eu am ales astazi fasole verde pentru ca mi-a placut mult culoarea ei si nautul delicios de la SunFood!

- Ingrediente (pentru 3 mini galette):
  - *pentru aluat:*
  - 300g faina alba
  - 150 g unt RECE taiat cubulete
  - 1 galbenus de ou
  - 30 ml apa cu gheata
  - 1 lingurita oregano uscat
  - 1 lingurita busuioc uscat
  - 1 praf de sare
  - 2 lingurite amestec seminte
  - *pentru umplutura:*
  - 1 conserva naut SunFood

- 200 g fasole verde
- 70 g parmezan ras
- 100 g mozzarella
- sare
- piper
- 3 oua intregi



Pentru aluat, puneti intr-un blender incapator, untul RECE taiat bucati, faina, galbenusul de ou, sarea, oregano si busuiocul uscat. Porniti blenderul si mixati totul timp de 30 de secunde pana ce toate se amesteca si obtineti firmituri un aluat nisipos. Adaugati galbenusul de ou si apa rece. Mai pulsati cateva secunde pana obtineti un aluat care se strange de pe marginile blenderului. Aplatizati aluatul obtinut cu podul palmei, inveliti-l in folie alimentara si dati-l la frigider pentru o ora.



Intre timp pregatiti umplutura: curatati fasolea verde si rupeti-o in bucati medii.



Puneti un vas cu apa pe foc. Cand apa a dat in clocot, adaugati fasolea verde si lasati-o sa fiarba 1 minut.



Dupa 1 minut luati vasul de pe foc, strecurati fasolea si puneti-o intr-un vas cu apa si gheata pentru a-si pastra culoarea cea verde si a opri gatitul ei. Lasati-o in vasul cu apa pentru 5 minute.



Desfaceti conserva de naut si scurgeti bine nautul de apa.



Puneti fasolea verde intr-un castron si nautul scurs.



Condimentati cu sare si piper. Adaugati parmezanul ras si mozzarella rasa.



Amestecati totul foarte bine si lasati deoparte



Incingeti cuptorul la 190 grade Celsius. Scoateti aluatul de la rece, impartiti-l in 3 bucati egale. Luati o bucata de aluat si intindeti-o pe o hartie de copt.



In mijlocul foii de aluat puneti o parte de umplutura



Apucati de o margine a aluatului si aduceti-o catre mijlocul foii de aluat, facand un pliu. Luati urmatoarea parte de aluat si repetati operatiunea.



Procedati la fel cu restul de aluat, mergand in sensul acelor de ceasornic.



Repetati operatiunile si pentru celelalte doua bucati de aluat, astfel incat sa aveti 3 mini galette. Mie mi-au intrat 2 pe o tava iar pe a treia am copt-o separat pe alta tava.



Ungeti cu putina apa aluatul si presarati amestecul de seminte.



Dati galettele la cuptorul incins pentru 20 de minute.



Scoateti-le din cuptor, spargeti ouale si puneti-le cu grija in mijlocul galettelor. Mai dati la cuptor pentru inca 5 minute. Scoateti din cuptor si lasati sa se raceasca usor.



Eu am ales sa nu pun ou pe una dintre ele.



Galette cu naut si fasole verde

Cel mai bine se servesc caldute.



Galette cu naut si fasole verde

Dar la fel de bine se pot consuma si reci.



Galette cu naut si fasole verde

A doua zi se pot reincalzi usor si servite alaturi de o salata.



Galette cu naut si fasole verde

Sunt delicioase!



Galette cu naut si fasole verde

Enjoy!