

ガレット・レシピ

galette recipe

ガレット基本編 ガレットコンプレット



材 料（直径20cmの皮約8枚分）

〈生地〉

そば粉	100g（ガレット粉1袋）
塩	1.5g（お好みで）
こしょう	少々（お好みで）
水	200cc

〈具材〉

バター	適量（お好みで）
ピザ用チーズ	適量
卵	1個
ハム	適量（お好みでベーコンでも可）

1

生地をつくる

塩こしょうを混ぜたそば粉に水を少しずつ入れてねり、ゆるませる。ラップをして、冷蔵庫に入れ、1時間以上寝かせる。

（おうちにある道具を使用）



2

熱したフライパンやホットプレートに油をうすくひいて（キッチンペーパーでサッと塗る程度）適量の生地を落とし、お玉の裏で生地をうすく広げる。

❗ポイント 生地を落とすときは高温で、広げ始めたら低温にするといいよ！

3

バターを塗り、チーズ、たまご、ハムの順にのせる。



4



卵の白身が白くなったら生地の縁をスパチュラ（フライ返しでも可）で折り曲げ、できあがり。

スパチュラは100円ショップで購入できます。