Galette Integral de Vegetales



Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Masa

Aceite: 30 cc
Harina 0000: 350 grs
Mix de semillas: 2 cdas
Agua: 220 cc
Harina integral: 150 grs
Sal: c/n

Relleno

Aceitunas negras: 3 cdas
Almendras peladas tostadas fileteadas: 2 cdas
Cebolla picada: 1 unidad
Orégano: 1 cdita
Queso de Cabra: 200 grs
Aceite De Oliva: c/n
Tomillo fresco: c/n
Alcaparras: 2 cdas
Berenjena: 1 unidad
Vino Blanco: 1/4 Taza
Pimiento rojo: 1 unidad
Sal y Pimienta: c/n
Tomate cortado en cubos: 1 unidad
Zucchini: 1 unidad

Preparación de la Receta

Masa

- En batidora con gancho amasador colocar *harina* 0000, *harina* integral, aceite, semillas, sal y agua de a poco.
- Amasar hasta obtener un bollo.
- Colocar en un recipiente, tapar y dejar descansar por 40 minutos.

Relleno

- En una sartén con aceite de oliva *saltear* con aceite de oliva *cebolla*, *pimiento* rojo y cocinar hasta transparentar.
- *Condimentar* con sal, pimienta y agregar a la sartén berenjenas y calabacines en cubos.
- Cocinar 5 minutos.
- Añadir tomates en cubos, *orégano*, *tomillo*, vino blanco y dejar reducir el alcohol.
- Llevar la preparación a un bol e incorporar aceitunas negras, *alcaparras*, almendras y queso de cabra desmenuzado con las manos.

Armado

- Estirar con palote la masa reposada y llevarla a un molde.
- Colocar el relleno en el centro y cerrar con los bordes hacia el centro.
- Cocinar en horno a 180 °C por 35 minutos.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/galette-integral-de-vegetales