



Rüben-Galette mit Thymian

Zutaten für eine Galette (4 Personen)

Für den Teig

- 150 g Dinkelmehl Typ 630 + Mehl für die Arbeitsfläche
- 50 g Hartweizengrieß
- 1 Prise Meersalz
- 100 g kalte Margarine (ich verwende Bio-Aslan)
- 2 EL Sojajoghurt natur (ungesüßt)
- 50 ml kaltes Wasser

Für die Füllung

- 250 g Rote Bete (kann auch durch andere Rübenarten ersetzt werden)
- 180 g gelbe Rüben (kann durch Rote Bete oder andere Rübenarten ersetzt werden)
- 2 EL Kokosöl
- 1 Zwiebel
- 1 kl. Knoblauchzehe
- 100 g Naturtofu
- 100 g Seidentofu
- 2 EL Hefeflocken
- 1 TL scharfer Senf
- 2 TL Kräuter der Provence
- Meersalz
- Pfeffer
- 1 Zitrone
- 2 EL Olivenöl
- 1-2 TL Agavendicksaft
- 10 Zweige Thymian (oder einfach mehr gerebelte Kräuter der Provence)
- 1 EL Margarine zum Betreiben des Teigs
- Optional: 15 Gramm gehackte Walnüsse oder geröstete Haselnuss-Stückchen

Zubereitung (30 Minuten Ruhezeit für den Teig + 30 Minuten Arbeitszeit + 35 Minuten Backzeit)

1. 150 g Dinkelmehl, 50 g Hartweizengrieß und eine große Prise Meersalz in einer Schüssel vermischen. 100 g Margarine in Stückchen schneiden und zusammen mit 2 EL Sojajoghurt sowie unter Zugabe von 50 ml sehr kaltem Wasser zügig einen Teig kneten. Teig aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche kurz geschmeidig kneten. Teig mit Folie umwickelt 20-30 Minuten in den Kühlschrank zum Ruhen geben.
2. Rüben und Bete mit einer Bürste unter Wasser gründlich abscrubben. Die Ende entfernen und Rüben mitsamt Schale in dünne Scheiben schneiden.
3. Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen und ein Blech mit Backpapier belegen.
4. 1 Zwiebel und 1 kleine oder halbe Knoblauchzehe abziehen und fein aufschneiden. Zwiebel- und Knoblauchwürfel mit 2 EL Kokosöl in der Pfanne ca. 3 Minuten anbraten.
5. 100 g Naturtofu, 100 Gramm Seidentofu, 2 gehäufte EL Hefeflocken, 1 TL scharfer Senf sowie eine große Prise Salz und Pfeffer im Mixer pürieren. Gemixte Tofumasse mit 1 EL Zitronensaft und 2 TL Kräuter der Provence vermischen und mit Salz abschmecken.
6. Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche kreisrund ausrollen. Teig auf das mit Backpapier belegte Blech geben.
7. Die Tofucreme mittig auf den Teig streichen und mit Blättchen von etwa 4-5 Zweigen Thymian bestreuen. Dabei einen ca. 4-5 cm breiten Rand lassen. Dieser Teig wird später nach innen umgeklappt. Wer keinen frischen Thymian hat, kann auch hier gerebelte Kräuter der Provence oder auch Oregano verwenden. Zwiebeln auf der Tofumasse verteilen.
8. Rübenscheiben kreisförmig aufschichten und mit 2 EL Olivenöl sowie 2 TL Agavendicksaft und 1-2 TL Zitronensaft beträufeln. Thymianblättchen und etwas Salz darüber streuen.
9. Dann den Teigrand über die Füllung klappen und mittig eine Öffnung lassen. Teig gut andrücken und mittig leicht auseinander ziehen.
10. Rüben-Galette bei 200 Grad Umluft für 30 bis maximal 35 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben. Vorsicht, die Backdauer kann je nach Ofenart und -

alter leicht variieren. Behaltet die Galette also nach 20-25 Minuten Backzeit gut im Auge, damit sie nicht verbrennt. Die Galette ist fertig, wenn der Teigrand Farbe angenommen hat und die Rübenscheiben an den Kanten bräunlich werden.

11. Nach 20 Minuten der Backzeit 1 EL Margarine schmelzen lassen, tüchtig salzen und mit 1 TL Wasser verrühren. Die Flüssigkeit mit einem Pinsel auf den Teigrand auftragen. Zwei Minuten vor Ende der Backzeit den Vorgang nochmals wiederholen.
12. Galette aus dem Ofen holen und mit frischem Pfeffer und gehackten Walnüssen bestreut servieren.