

Flammkuchen



Zutaten Teig

- 250 g Buttermilch
- 1 Prise Zucker
- 10 g Germ
- 375 g Dinkelmehl
- 25 g Rapsöl
- 1 TL Salz

Zutaten Belag

- 250 g Sauerrahm
- 1 - 2 EL Kräuterpaste
- Pfeffer
- a) Gemüse
- b) 100 g Jungzwiebel
- 80 g geriebenem Käse
- c) Zucchini
- 30 g Blauschimmelkäse
- d) weißer Spargel
- gekochter Schinken

Zubereitung

Buttermilch, Zucker und Germ im Mixtopf 2 Min. / Stufe 1 / 37°C vermischen.

Dinkelmehl, Rapsöl und Salz zugeben und 3 Min. kneten

Teig in eine Schüssel mit Deckel geben und 1 Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen.

Backofen mit eingeschobenem Backblech (auf unterster Stufe) auf 250°C Ober-/Unterhitze (oder Pizzastufe) vorheizen.

Teig in 4 Portionen teilen und nacheinander auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 2 mm dünn ausrollen und auf ein Backpapier geben, mit 1/4 der Fülle bestreichen bzw. belegen.

Flammkuchen mit Hilfe des Backpapiers vorsichtig auf das heiße Blech ziehen und ca. 5 - 6 Minuten im vorgeheizten Backofen auf der untersten Schiene backen.

Belag

Sauerrahm mit Kräuterpaste und Pfeffer vermischen, auf den Flammkuchen verteilen

- a) mit kleingeschnittenem Gemüse belegen
- b) mit ungzwiebel in feinen Ringen und geriebenem Käse bestreuen
- c) mit grob geraspelttem Zucchini und Blauschimmelkäse, zerbröckelt, belegen
- d) mit weißem Spargel, geschält (in 3 mm dünne, schräge Scheiben geschnitten) belegen, backen, mit gekochtem Schinken (in Streifen geschnitten) belegen und servieren.