

Flammkuchen

Für 4 Personen

1 kg Mehl	50 ml Creme-fraiche	500 ml Wasser
50 ml Joghurt	1 g Hefe	50 ml Sauerrahm
12 ml Olivenöl	1 kleine Zwiebel	Salz
2 EL Speckwürfel	Salz	Pfeffer
Spitzer Zitronensaft		

Die Hefe in das etwa 40 Grad warme Wasser einrühren bis sie sich ganz aufgelöst hat. Dann das Mehl in eine Rührschüssel geben und langsam das Hefe-Wasser, etwas Salz und zum Schluss das Olivenöl zugeben - währenddessen gut durchkneten. Nach 10 Minuten kneten, den Teig eine Stunde ruhen lassen.

Für den Belag Creme fraiche, Joghurt, Sauerrahm, Salz, Pfeffer und einen Spritzer Zitronensaft verrühren. Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden.

Den Teig 2-3 Millimeter dünn ausrollen, circa 2 - 4 mm dick mit der Creme-fraiche-Sauerrahm-Joghurt-Masse bestreichen, Zwiebeln und Speck draufgeben. Wer möchte, kann noch etwas geriebenen Emmentaler-Käse drüberstreuen.

Den Flammkuchen im auf 250 Grad vorgeheizten Ofen 3 bis 5 Minuten backen bis er an den Rändern schön braun ist. Das hängt sehr von der Temperatur des Ofens ab. Den fertigen Flammkuchen gern noch mit etwas Schnittlauch verfeinern.

Andreas Schweiger am 09. Dezember 2024