



Rezept vom März 2007

Flammkuchen

Zutaten für 4 Personen:

500 g Weissmehl

20 g Hefe (1 / 2 Würfel)

300 ml Wasser

1 TL Salz

2 EL Sonnenblumenöl

2–3 Zwiebeln

400 g Geräucher Bratspeck in Scheiben

400 g Saurer Rahm oder Crème fraiche

4 EL Rahm

(weiter können verschiedene Zutaten wie Lachs, Knoblauch etc. zugefügt werden)

Für den Teig Mehl und Salz in eine grosse Schüssel geben. Hefe mit einem Teil lauwarmen Wasser anrühren und auflösen. Restliches Wasser und Oel dazu geben. Den Teig kneten bis er nicht mehr klebt. Teig an einem warmen Ort, zugedeckt mit einem feuchten Tuch, eine Stunde aufgehen lassen.

Den Teig in 4 Stücke teilen. Ein Stück direkt auf einem Backpapier dünn auswallen. Restlicher Teig in den Kühlschrank. Zwiebeln in feine Ringe scheiden. Bei mässiger Hitze goldbraun in Oel anbraten, abkühlen lassen. Crème fraiche oder Sauerrahm zusammen mit dem Rahm, Salz, Pfeffer und Muskatnuss in einer Schüssel vermengen. So auf den Teig streiche, dass 1 cm Rand frei bleibt. Die Zwiebeln und die dünnen Speckstreifen darauf verteilen.

Backofen auf 300 Grad vorheizen. Flammkuchen in der Mitte des Ofens ca. 8 – 10 Minuten backen.