

Rezept für Flammkuchen klassisch und vegetarisch

Zutaten Teig

250 g Mehl

30 g Olivenöl

120 g Wasser

¼ TL Salz

Zubereitung

Mehl, Olivenöl, Wasser und Salz zusammen in eine Schüssel geben und zu einem Teig verkneten. Teig aus der Schüssel nehmen, zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie einwickeln und ca. 30 Minuten kalt stellen. In dieser Zeit den Belag zubereiten.

Ofen auf 200°C (Umluft) vorheizen und das Backblech mit Backpapier auslegen.

Teig auf bemehlter Fläche mit einem Nudelholz dünn auf Backblechgröße ausrollen und auf das vorbereitete Backblech legen.

Zutaten Belag klassisch (Schinken)

200 g Schmand

200 g Zwiebeln

¼ TL Salz

2 Prisen Muskat

3 Prisen Pfeffer

100 g Schinkenwürfel

(Kräuter)

Zubereitung

Die Zwiebeln (und bei Bedarf Kräuter) klein schneiden. Schmand, Salz, Pfeffer, Muskat, Kräuter, Schinkenwürfel und Zwiebeln miteinander vermengen. Diese Mischung im Anschluss auf den Teig streichen und den Flammkuchen ca. 20 Minuten bei 200°C (Umluft) knusprig backen lassen.

Zutaten Belag vegetarisch (Spinat-getr. Tomaten-Feta)

200 g Schmand

¼ TL Salz

2 Prisen Pfeffer

400 g TK-Spinat

10 getrocknete Tomaten

80 g Fetakäse

(Kräuter)

Zubereitung

Schmand mit Salz und Pfeffer verrühren und die Masse auf den Teig streichen. Im Anschluss mit Spinat, Tomaten und Fetakäse belegen. Nach Bedarf den Flammkuchen mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen und für ca. 20 Minuten bei 200°C (Umluft) knusprig backen lassen.