



Mein persönliches Back- und Kochbuch

Kochen und Backen Kinderleicht gemacht!



Original Elsässer Flammkuchen

Zutaten für den Flammkuchenteig mit Hefe

(ergibt ca. 4 Portionen):

- 220 g Mehl
- 120 ml Wasser, lauwarmes
- 10 g Hefe
- 1 Prise(n) Zucker
- 1 Prise(n) Salz
- 3 EL Olivenöl



Abbildung ähnlich

Zubereitung für den Flammkuchenteig mit Hefe:

Aus Hefe, Wasser und Zucker einen Vorteig herstellen. Ca. +/- 15 Min. gehen lassen, bis eine deutliche Schaumschicht entstanden ist.

Das Mehl (**am besten vorher in eine Schüssel sieben**) in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Den Vorteig in die Mulde geben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten.

Der Teig braucht anschließend einen warmen Ort, um ca. 45 Minuten zu gehen. Aber Vorsicht, dass er nicht zu warm wird. Ab 45 °C stirbt Hefe ab, dann wird der Teig nicht mehr aufgehen. (**Also NICHT im Ofen gehen lassen**)

Wenn der Teig fertig aufgegangen ist, mit einem Messer in 4 gleich große Teile teilen. Dann können die auf einem Backpapier oder Blech (**oval oder rund**) ausgerollt werden.

Zutaten für den Flammkuchenteig ohne Hefe

(ergibt ca. 2 Bleche):

- 450 g Mehl
- 5 EL Olivenöl
- 2 Eigelbe
- 2 Prise Salz
- 200 ml lauwarmes Wasser



Abbildung ähnlich

Zubereitung für den Flammkuchenteig ohne Hefe:

Für den Teig das zuvor in eine Schüssel gesiebte Mehl mit 4 Esslöffel Olivenöl, den Eigelben, Salz und 200 ml lauwarmem Wasser zu einem glatten Teig kneten.

Den Teig mit 1EL Olivenöl bestreichen und in Frischhaltefolie wickeln.

Bei Raumtemperatur ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Den Teig halbieren und zu zwei dünnen Fladen ausrollen, die jeweils auf ein Backblech passen.

Nach Belieben belegen und im vorgeheizten Ofen bei 250 Grad (**Umluft: 230 Grad**) ca. 10 Minuten backen.

Zutaten für den Belag:

200 g Schmand oder Creme Frech

250 g Magerquark

etwas Salz und Pfeffer

1 - 2 Charlotten

1 Zehe Knoblauch

150 g Bacon gewürfelt

Zum Garnieren etwas frischen Schnittlauch oder Petersilie.

Zubereitung des Belages für den Flammkuchen:

Den Flammkuchenteig nach Rezept mit oder ohne Hefe wie beschrieben zubereiten. Nach der Ruhezeit von 30 Minuten Teig halbieren und dünn, oval ausrollen, sodass jeder Teig auf ein Blech passt. Blech mit Backpapier belegen und Teigfladen darauflegen.

Für den Belag Schmand mit Quark und Salz und Pfeffer verrühren. Belag auf die Flammkuchenteige verteilen und glatt streichen.

Die Charlotten nach Belieben klein schneiden und mit den Schinkenwürfeln ebenfalls auf den Flammkuchen verteilen.

Den Ofen auf 250 Grad (**Umluft: 230 Grad**) vorheizen. Flammkuchen im vorgeheizten Ofen ca. 10 Min. backen, bis er braun wird oder Blasen wirft.

Kurz vor dem Servieren noch etwas, in Röllchen geschnittenen, Schnittlauch auf den Flammkuchen streuen.

Dazu schmeckt am besten ein Glas Neuer Wein (Federweißer)



Abbildung ähnlich