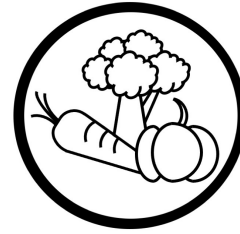


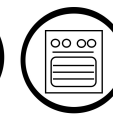
Kürbis Flammkuchen



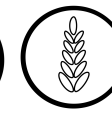
2 Stück



Vorbereitung
20 Minuten
TM 10 Minuten



220°
20 Min



Mit
Weizen



Laktose*
frei



Thermomix®
geeignetes Rezept

250g Mehl
20g Olivenöl
120g Wasser
1TL Salz

Mehl, Olivenöl, Wasser und Salz in eine Schüssel geben und 10 Minuten zu einem Teig verkneten. Alternativ in einem Küchengerät 5 Minuten kneten lassen oder im Thermomix® mit der Knetfunktion 2 Minuten kneten lassen. Den Teig aus der Schüssel nehmen, in Haushaltsfolie wickeln und ihn 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

100g Kürbis
1 rote Zwiebel
6 Champignons
3 Zw. Peterli

In der Zwischenzeit den Kürbis und die Zwiebel in Würfel schneiden, die Pilze und den Petersilie waschen und in Streifen schneiden. Den Teig halbieren und jede Hälfte mit einem Nudelholz ausrollen.

150g Crème Fraîche*

Den Teig mit Crème Fraîche bestreichen und die Zutaten darauf verteilen.

Salz und Pfeffer
20g Rucola

Die beiden Flammkuchen ca. 20 Minuten im vorgeheizten Ofen bei 220° backen. Mit Chilisalز und Pfeffer abschmecken. Mit Rucola vor dem Servieren belegen.

*Laktosefrei auf Wunsch

Wenn du nur einen Flammkuchen backen möchtest, kannst du die andere Hälfte des Teigs gut im Kühlschrank zwei Tage frischhalten.

