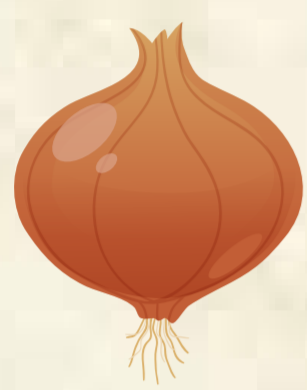


Saisonzusatz
AUGUST

Gemüse-Flammkuchen

Gemüse des Monats



Zwiebeln



Paprika



Champignons



Rucola

Einkaufsliste für ca. 2–4 Personen

- 375 g Mehl
- 375 g Crème Fraîche
- 22,5 g frische Hefe
- 3 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel
- Champignons, Paprika
- Rucola
- Salz & Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Mehl und Salz mischen. Hefe in 125 ml warmen Wasser auflösen und mit Öl zum Mehl geben. Masse zu einem glatten Teig kneten und dann 30 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.
2. Gemüse waschen und in Scheiben schneiden.
3. Crème Fraîche mit Salz und Pfeffer verrühren. Fertig sind die Toppings!
4. Ofen auf 250 Grad vorheizen. Den Teig unterteilen in die Menge der gewünschten Flammkuchen. Auf dem Backpapier ausrollen.
5. Den Boden mit der Crème Fraîche-Mischung bestreichen und die Zucchiniestreifen darauflegen. Für 10 Min. in den Ofen. Tipp: Wasabi-Nüsse grob hacken und über den frischen Flammkuchen streuen.