

Flammkuchen (4 Stk.)

Teig:

500 g	Mehl (405 od.1050)
10 g	Salz
2 EL	Öl
200 ml	Wasser (ca.) Kalt!!
1	Würfel Hefe



Belag:

2 Becher	Crème Fraîche (od. saure Sahne – hat weniger Fett)
200 g	geraucherter Schweinebauch
1	große Zwiebel
200 g	geriebener Käse Emmentaler oder Gauda
	Muskatnuss, Salz, Pfeffer

Ich backe meine Flammkuchen, wie auch Pizza direkt auf 1 cm dicken Bodenfliesen, die bei 250°C gut vorgeheizt werden. Das einschießen mit einem Blechschieber erfordert allerdings etwas Übung. Auf einem Backblech geht es aber fast genau so gut.

Aus den Teigzutaten einen etwas festeren Hefeteig zubereiten und 30min ruhen lassen, dabei kaltes Wasser verwenden da sich der Teig in der Küchenmaschine noch erwärmt.

Nun in 4 Teile teilen, zu Kugeln formen und nochmal 10 min. ruhen lassen. Jetzt zu dünnen Fladen (1-2mm) ausrollen.

Beim backen auf einem Blech das Blech leicht mit Mehl bestäuben (nicht fetten!).



Die Teigfladen nun mit Crème Fraîche bestreichen, leicht salzen (der Schweinebauch ist meist schon recht salzig), Muskat und Pfeffer nach Geschmack.

Jetzt Bauch, Zwiebelringe und Käse verteilen.

Hier gilt „weniger ist mehr“ es soll
Schließlich kein Käse- oder
Zwiebelkuchen werden!

Die Flammkuchen bei 250°C
Ca. 8 – 10 Minuten backen.

