

Flammkuchenteig

2 - 3 Portionen

2 EL Öl
125 ml Wasser
1 Prise(n) Salz
250 g Mehl

Backofen auf 250 °C vorheizen.
(Backblech im Ofen!)

Knetteig bereiten, ganz dünn ausrollen.

Bei 250° Umluft
10 - 20 Minuten backen
(untere Einschubleiste)



Rezept 2 (2 Portionen)

125 g Magerquark
5 EL Olivenöl
200 g Mehl
(1 Eigelb, wenn erwünscht)
1 Tl Backpulver
1 Tl Salz

Alle Zutaten werden gründlich miteinander verknetet, 30 Minuten ruhen lassen
Tipp für bessere Geschmeidigkeit: Teig vor dem Ruhen mit Öl einpinseln.
Teig von Zimmertemperatur direkt auf dem Backpapier ausrollen

Schmand und Crème double mischen, mit Pfeffer würzen und auf dem Teig verstreichen.
Zwiebeln mit ganz wenig Wasser 1 Minute bei 600 Watt in der Mikrowelle dünsten.
Mit dem Speck auf dem Belag verteilen.
Mit Schnittlauchröllchen bestreut servieren.

Zucchini in dünne Scheiben hobeln, 20 Min in eine Marinade aus Öl, Zitronensaft und Thymian einlegen, dann auf der Creme Fraiche verteilen, rote Zwiebeln (dünn geschnitten), Feta und Kichererbsen darüber, mit Kräutern der Provence bestreuen (Kräuter evtl. in den Schmand?)

Birnen in dünne Scheiben schneiden, Ziegenkäse-Streifen darüber, nach dem Backen mit Preiselbeer-Marmelade und Schnittlauchröllchen bestreuen

Schmand mit Knoblauch und Pfeffer würzen, gekochte Pellkartoffeln in dünne Scheiben schneiden, auf dem Schmand verteilen, mit geriebenem Hartkäse bestreuen, nach dem Backen mit Rosmarin bestreuen (Variante: mit Speck)