

Flammkuchen

Teig: 250g Weizenmehl (oder glutenfrei Schär Mix It C Kuchen&Kekse), 1 Eigelb, 2 EL Öl, ½ TL Salz, 150ml Wasser

Belag: 1 Becher Schmand, 1 Becher Creme Fraiche, ev. 2EL Milch, 100g gewürfelter Speck, 1 große Zwiebel, Pfeffer, ½ TL Salz, Schnittlauch

Zeitbedarf: ca. 20 Minuten, plus 20 Minuten Backen

Teig verkneten, am besten mit der Hand. Falls er zu trocken bleibt, einfach etwas mehr Wasser hinzugeben, aber erst mal etwas Geduld beim Kneten. Dann so dünn wie möglich ausrollen.

Für den Belag die Zwiebel in dünne Halbringe schneiden, den Schnittlauch zu kleinen Röllchen schneiden. Creme Fraiche und Schmand mit Salz und Pfeffer verrühren und auf dem Teig verteilen, dann Speck, Zwiebeln und Schnittlauch verteilen.

Backofen auf 250° vorheizen, dann den Flammkuchen im unteren Drittel des Ofens 20 Minuten backen.

Alternativen:

- Mit gleichem Teig-Rezept können auch Pizza-, Käse-, Salz- oder andere Cracker hergestellt werden (dann nur 200°. Beobachten!)
- Der mit z.B. Tomatenmark bestrichene Teig wird in Streifen geschnitten und aufgerollt und dann wie die Cracker gebacken