

Hier und heute

Herbstliche Flammkuchen-Variationen

Knusprig, cremig, würzig – Lars Middendorf zeigt, wie der perfekte Elsässer Flammkuchen inklusive Teig auch zu Hause gelingt. Neben dem Original bringt unser Koch eine eigene Version mit Roastbeef, Birnen und Walnüssen auf den Tisch.

Die Rezepte

(von Lars Middendorf)

Elsässer Flammkuchen und Flammkuchen mit Balsamico-Zwiebeln, Roastbeef, Birnen und Walnüssen

Zutaten Teig:

(für zwei Flammkuchen)

- 200 g Mehl (Dinkelmehl 630er)
- 2 EL Rapsöl
- 125 ml Wasser
- 15 g Salz

Zubereitung

Die trockenen Zutaten vermengen. In einer Schüssel das Mehl abwiegen, Salz dazugeben und mischen.

Jetzt die Flüssigkeiten dazugeben.

Tipp: Das Wasser sollte lauwarm sein.

Alles verrühren, bis die Flüssigkeit vom Mehl aufgenommen wurde.

Den Teig auf eine Arbeitsfläche geben und für ca. fünf Minuten geschmeidig kneten.

In eine saubere Schüssel geben und für eine Stunde abgedeckt ruhen lassen.

Nun den Teig teilen und mit Hilfe von etwas Mehl dünn ausrollen.

„Der Klassiker“ – Elsässer Flammkuchen

Zutaten

- 150 g leicht geräucherter Speck
- 1 Zwiebel
- 1 Stange Lauch
- 125 g Crème fraîche
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden.

Speck ebenfalls in Streifen schneiden.

Enden des Lauchs abtrennen, die Stange halbieren, gut waschen und in feine Ringe schneiden.

Den ausgerollten Teig mit der Crème fraîche bestreichen, dann zuerst mit den Lauch-, dann den Zwiebelringen und zuletzt mit den Speckstreifen belegen.

Alles gut mit Salz und Pfeffer würzen.

Wichtig: Den Backofen gut vorheizen. Bei 220°C den Flammkuchen hineingeben und backen, bis der Teig knusprig und der Belag gebräunt ist.

Hier und heute

Tipp: Ob der Flammkuchen fertig ist, erkennt man daran, dass der Käse geschmolzen, aber nicht verbrannt ist.

Flammkuchen mit Balsamico-Zwiebeln, Roastbeef, Birnen und Walnüssen

Zutaten

- 100 g rosa Roastbeef
- 50 ml guter dunkler Balsamico
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Birne
- 80 g Walnüsse
- 100 g Crème fraîche
- 100 g Camembert
- frischer Rosmarin

Zubereitung

Die Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden, dann mit dem Balsamico in eine Schüssel geben, gut durchmengen und mindestens eine Stunde marinieren lassen. Besser über Nacht.

Birne vierteln, Kerngehäuse entfernen und in Streifen schneiden (ca. 0,5 cm dick).

Walnüsse in einer Pfanne ohne Öl kurz anrösten.

Auf den ausgerollten Teig zuerst die Crème fraîche streichen, dann mit den Birnenstreifen belegen.

Rosmarinnadeln abzupfen, fein hacken und auf die Birnen geben.

Dann die gut abgetropften Balsamico-Zwiebeln auflegen und alles mit dünn aufgeschnittenem Camembert belegen.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Im gut vorgeheizten Ofen bei 220°C backen, bis der Teig knusprig und der Belag gebräunt ist.

Währenddessen Roastbeef aufschneiden.

Den Flammkuchen aus dem Ofen nehmen.

Erst jetzt mit den Roastbeef-Streifen belegen und die leicht angerösteten Walnüsse darüber verteilen.

Den Flammkuchen leicht abkühlen lassen und genießen.

Guten Appetit!