

Rezept des Monats April Bärlauch-Flammkuchen



Zutaten	Zubereitung
200 g Schmand 150 g Creme fraîche etwas Milch Kräutersalz, Pfeffer	Schmand und Creme fraîche glattrühren. Bei Bedarf etwas Milch zugeben. Mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken.
	Backofen auf 230°C Umluft vorheizen.
300 g Zwiebeln 280 g Tomaten, getrocknet, in Öl	Zwiebeln schälen und fein würfeln. Tomaten abgießen, dabei das Öl auffangen, und klein schneiden.
300 g Weizenmehl Type 550 100 g Dinkelvollkornmehl 150 ml Wasser 5 EL Öl von den Tomaten ½ TL Salz	Mehl, Wasser, Öl und Salz miteinander verkneten bis der Teig nicht mehr klebt. Teig in 4 Portionen teilen und jeweils dünn und rund auswellen. Teigfladen auf 2 Backbleche mit Backpapier legen und die Schmandmasse darauf verteilen. Zwiebel darüber geben. Flammkuchen 10 Minuten backen. Dann die Tomatenstücke darauf verteilen und nochmals 8-10 Minuten backen.
40 g Bärlauch	Bärlauch waschen, trocknen, in Streifen schneiden und auf den gebackenen Flammkuchen verteilen.

