



ALLES DRIN.

Fragen, Anregungen, Kritik? Oder auch Lob?
Kochunterstützung? Melde dich hier, ich freu mich:

01577/7707760
hallo@chriskochtüte.de
facebook.com/chriskochtuete

chriskochtüte.de
Christoph Zettler- Laeiszstraße 15 - 20357 Hamburg

Elsässer Flammkuchen

Es ist Feierabend. Glückwunsch:) Jetzt abschalten und entspannt kochen. Deswegen les dir das Rezept vorab einmal komplett durch. Und leg dir schon mal Sonnenblumenöl, Salz, Pfeffer, einen Kochlöffel, eine mittelgroße Schüssel, ein Backblech mit Backpapier, eine Schneidebrett sowie ein scharfes Messer bereit. Und in ca. 25 Min gibt's schon lecker Essen!

Backofen auf 210 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das **Mehl** mit dem Öl (1-Portion: 1 EL, 2- Portionen: 2 EL), Salz (1-Portion: ½ TL, 2-Portionen: Einen knappen TL) und lauwarmem Wasser (1-Portion: 50ml, 2-Portionen: 100ml) in eine Schüssel geben. Zuerst kurz rühren, dann mit der Hand kneten. Wenn der Teig noch zu trocken ist, reicht es oft schon wenn ihr eure Hände kurz anfeuchtet und dann weiter knetet. Oder ihr kippt ganz vorsichtig etwas Wasser nach. Aber immer nur ganz wenig. Der Teig darf nicht an den Fingern kleben.

Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Ringe schneiden. Zusammen mit dem **Schinkenwürfel** ohne Öl in einer mittleren Pfanne auf mittelhoher Hitze für ca. 5 min braten. Gelegentlich rühren.

Teig auf Backpapier legen und auf ein Backblech geben (Wer die 2P-Tüte hat und ganz flach ausrollt, kann auch 2 Flammkuchen machen). Mit der Hand den Teig platt drücken. Dann den Teig so flach wie möglich ausrollen (Wer kein Nudelholz hat, kann das auch prima mit einer sauberen Bier- oder Weinflasche machen). **Schmand** mit einem Löffel auf dem Teig verteilen. Dabei ca. 1cm Rand lassen. Zwiebeln und Schinkenwürfel darauf verteilen, gut pfeffern, etwas salzen und ab ins Rohr.

Ca. 15-20 Min backen bis der Rand schön braun und kross ist. Flammkuchen herausnehmen, aufschneiden und auf Holzbrettchen sofort servieren. Das war's schon. Du hast ein tolles Essen gemacht.

Einen guten Appetit!

Chris



Ich würde mich freuen von dir zu hören. Besuch mich auf facebook.com/chriskochtuete oder schreib mir an Mal unzufrieden? Dann tut mir das schrecklich leid. Komm zu mir an den Stand und du bekommst dein Geld zurück oder eine aktuelle Tüte kostenlos.

hallo@chriskochtuete.de.