



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

Blaubeer-Zucchini-Flammkuchen mit Serranoschinken

Es ist Feierabend. Glückwunsch. Jetzt entspannt kochen. Bitte das Rezept vorab einmal komplett durchlesen. Und leg dir schon mal Olivenöll, Salz, Pfeffer, ein Backblech mit Backpapier, eine große Schüssel, ein Nudelholz bzw. Saubere Weinflasche sowie ein Messbecher bzw. Schnapsglas (20cl) bereit. So lässt es sich entspannt kochen. Und in ca. 30 min gibt's schon lecker Essen!

Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. **Mehl** mit lauwarmem Wasser (exakt: 1P: 40ml/2P: 90ml), Olivenöl (1 EL/2EL) und Salz (½ TL bzw. 1 TL) in einer Schüssel verrühren und dann mit den Händen zu einer Kugel kneten. Sollte noch Wasser fehlen, reicht es die Hände kurz nass zu machen. Der Teig darf nicht kleben.

Teig auf einem Backpapier flach drücken (Für die 2P-Tüte gilt: Machen Sie lieber 2 separate Flammkuchen. Der Teig lässt sich bei einer kleineren Portion leichter ganz dünn ausrollen. Und ganz dünn ist bei Flammkuchen sehr wichtig) und mit dem Nudelholz oder einer sauberen Weinflasche sehr dünn ausrollen. Das Backpapier samt Teig auf ein Backblech legen. Den **Schmand** gleichmäßig bis an den Rand auf dem Teig verteilen. **Blaubeeren** waschen. **Rosmarin** waschen, trocken schütteln, abzupfen und mit einem Messer grob zerkleinern. **Zucchini** waschen, Enden entfernen, Rest halbieren und längs in dünne, längliche Scheiben schneiden. Zucchini darauf legen. Blaubeeren darauf verteilen. Rosmarin darüber streuen. ⅓ des Parmesans darüber reiben. Flammkuchen für ca. 15 Min in den Ofen auf mittlerer Schiene geben und goldbraun backen.

Flammkuchen mit etwas Olivenöl beträufeln, den zerzupften **Serranoschinken** darüber geben, pfeffern und mit restlichem Parmesan servieren. Das war's schon. Du hast tolles Essen gemacht. Wer das Rezept etwas abändern möchte, soll dies gerne tun. Es ist dein Werk!

Genieß Deinen Feierabend!

Chris



Ich würde mich freuen von dir zu hören. facebook.com/chriskochtuete oder schreib unzufrieden? Dann tut mir das schrecklich bekommst dein Geld zurück oder eine

Besuch mich auf mir an hallo@chriskochtuete.de. Mal leid. Komm zu mir an den Stand und du aktuelle Tüte kostenlos.