

FLAMMKUCHEN MIT SPARGEL UND ROHSCHINKEN

Zutaten für 1 Blech

Zeitaufwand: ca. 45 min

Für den Teig:

380 g Dinkelmehl

200 ml Wasser

5 EL Olivenöl

1,5 TL Salz

Für den Belag:

10 Stangen grüner Spargel

8 Scheiben Schwarzwälder Rohschinken

1 Handvoll Parmesanspäne

Zitronensaft

1 EL Olivenöl

Pfeffer, Salz, ev. Blütenpfeffer

100 g Sauerrahm

125 g Magertopfen

1 EL Schnittlauch

1. Den Spargel waschen, die unteren Enden abschneiden und gegebenenfalls holzige Stellen schälen. Den Spargel mit ein paar Spritzer Zitronensaft (Achtung: Nicht zu viel), Olivenöl und etwas Salz marinieren und im Dampfgarer für 15 min bissfest garen. Alternativ für ca. 5-7 min. im Wasser bissfest kochen.
2. Magertopfen und Sauerrahm mit ein paar Spritzern Zitronensaft, Salz, Blütenpfeffer (Alternativ normaler Pfeffer) und Schnittlauch glatt rühren. In der Zwischenzeit in den Kühlschrank stellen bis die Masse benötigt wird.
3. Für den Teig alle Zutaten mit der Küchenmaschine oder dem Mixer zu einem glatten Teig kneten, eventuell händisch noch kurz nach kneten. Den Teig zugedeckt für ein paar Minuten rasten lassen. Im Anschluss rechteckig ausrollen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
4. Die Magertopfen-Sauerrahm Masse auf dem Teig gleichmäßig verteilen. Den Spargel darüber geben und den Flammkuchen auf 210°C Pizzastufe (Alternativ: Ober- und Unterhitze) für 15 Minuten backen.
5. Sobald der Flammkuchen gebacken ist, diesen in Stücke schneiden, mit Schwarzwälder Rohschinken und Parmesanspänen belegen und gleich servieren.

Gutes Gelingen und Guten Appetit!

Deine friedarosa