FRUCHTIGER STECKRÜBEN-FLAMMKUCHEN



ZUTATEN (für 4 Personen)

FÜR DEN FLAMMKUCHEN

- 1/2 Würfel Hefe
- 1/2 TL Zucker
- 300 g Mehl Type 405
  zzgl. etwas mehr zum Bearbeiten
- 175 ml Wasser
- Salz und Pfeffer
- 3 EL Olivenöl
- 250 g Steckrübe
- 1 rote Zwiebel
- 2 kleine Äpfel
- 1 TL Zitronensaft
- 400 g Ziegenkäserolle
- 150 g Crème fraîche
- 2 EL flüssiger Honig

NÄHRWERTE

PRO 100 GRAMM

- 168 kcal
- 5 g Eiweiß
- 7 g Fett
- 21 g Kohlenhydrate

Zeitaufwand: 1 Stunde 20 Minuten

ZUBEREITUNG

1. Hefe zusammen mit Zucker, 175 ml lauwarmem Wasser, Mehl, 1/4 TL Salz und Öl in einer Schüssel zu einem glatten Teig kneten. Zugedeckt an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen.
2. Inzwischen Steckrübe schälen, dritteln und in dünne Scheiben schneiden. In kochendem Salzwasser 3 Minuten blanchieren. Abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.
3. Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Äpfel waschen, mit einem Entkerner vom Gehäuse befreien und in dünne Scheiben schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln. Ziegenkäserolle ebenfalls in Scheiben schneiden.
4. Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teig halbieren. Jeweils auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Crème fraîche auf den ausgerollten Teigstücken verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Steckrübe, Apfel, Zwiebel und Ziegenkäse belegen. Mit Honig beträufeln und nacheinander im heißen Backofen 10–12 Minuten backen. Herausnehmen und servieren.



Reiser Rät

Vor dem Schneiden das Messer mit heißem Wasser nass machen, so bleibt nichts vom Ziegenkäse daran kleben.

XXXLutz MEIN MÖBELHAUS.