

GRÜNER & WEISSER SPARGEL FLAMMKUCHEN / SCHNELL, EINFACH, LECKER



Flammkuchen in zwei Variationen: mit grünem Spargel und Lachs und eine Variation mit weißem Spargel auf Bärlauch-Crème Fraîche und Cocktailtomaten.



Zubereitungszeit

60 Minuten

PORTIONSRECHNER:

Stück: 4

ZUBEREITUNG HEFETEIG

Vermische die Hefe mit Zucker und Wasser und knete dann die übrigen Zutaten ein. Knete den Teig etwa 6-7 Minuten durch, damit er geschmeidig wird. Forme den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer Kugel, lege ihn in eine Schüssel, decke sie ab und lass den Teig 60 Minuten aufgehen. Teile den Teig in 4 gleichmäßige Portionen ein, rolle sie dünn aus und lege sie auf mit Backtrennspray besprühte Lochbleche.

GRÜNER SPARGEL-FLAMMKUCHEN

Vermische Crème Fraîche mit Salz und Pfeffer und streiche jeweils die Hälfte auf 2 Teige. Befreie den Spargel von den holzigen Enden und schneide den grünen Spargel in etwa 2,5 cm lange Stücke und lege diese und den Räucherlachs auf den Flammkuchen.

WEISSER SPARGEL-FLAMMKUCHEN

Püriere den Bärlauch mit Crème Fraîche, Salz und Pfeffer. Viertle die Cocktailtomaten. Schäle den weißen Spargel und hoble ihn in feine Scheiben. Bestreiche die zwei Teige mit der Bärlauch-Crème Fraîche und belege den Flammkuchen mit den Zutaten.

FLAMMKUCHEN BACKEN

Backe die Flammkuchen im vorgeheizten Ofen bei 240 °C O/U für etwa 10-15 Minuten. Flammkuchen schmeckt am besten ganz frisch.

Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally!

HEFETEIG:

- 240 ml** Wasser
- ½** Hefe (Würfel)
- 1 Pr.** Zucker
- 410 g** Mehl
- 2 TL** Salz
- 3 EL** Olivenöl

MIT GRÜNEM SPARGEL (BELAG FÜR 2):

- 200 g** Crème fraîche
- 1 Pr.** Salz
- Pfeffer
- 250 g** grüner Spargel
- 150 g** Räucherlachs

MIT WEISSEM SPARGEL (BELAG FÜR 2):

- 20 g** Bärlauch
- 250 g** weißer Spargel
- 50 g** Cocktailtomaten
- 200 g** Crème fraîche
- Meersalz
- Pfeffer