

Jacqueline Amirfallah Flammkuchen mit Bärlauchcreme und Radieschen

Mittwoch, 29. März 2023
Rezept für 4 Personen

Dauer: 2 Stunden
Schwierigkeitsgrad: mittel
Feine Küche, Heimatküche, Vegetarisch

Zutaten:

Für den Teig:

20 g	frische Hefe
1 Prise	Zucker
300 ml	Wasser
500 g	Weizenmehl, Type 405 oder Type 550
1 TL	Salz
1 EL	Rapsöl
etwas	Weizenmehl zum Ausrollen des Teiges

Für den Belag:

1 Bund	Radieschen
100 ml	Weißweinessig
etwas	Wasser
etwas	Salz
etwas	Zucker
80 ml	Rapsöl
2 Bund	Bärlauch
200 g	Schmand
300 g	Feta oder Ziegenkäsefrischkäse
1 Bund	Schnittlauch

Zubereitung:

1. Für den Teig Hefe und Zucker mit dem Wasser verrühren.
2. Mehl und Salz in einer Rührschüssel vermischen, Öl und die Hefeflüssigkeit zugeben und alles zu einem glatten Teig vermischen. Den Teig etwa 5 Minuten kneten, dann zugedeckt etwa 1 Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen.
3. In der Zwischenzeit die Radieschen gut waschen, putzen und abtropfen lassen.
4. Weißweinessig mit nahezu der gleichen Menge Wasser in einen Topf geben, die Mischung sollte angenehm sauer schmecken, mit Salz und Zucker pikant abschmecken und aufkochen.
5. Die Radieschen in Scheiben schneiden.
6. Die Hälfte der Radieschen-Scheiben in den kochenden Essigsud geben, einmal aufkochen, dann den Topf vom Herd ziehen und die Radieschen darin auskühlen lassen.
7. Die restlichen Radieschen-Scheiben in eine Schüssel geben, mit etwas Salz und 1 EL Rapsöl marinieren.
8. Den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Sofern vorhanden einen Pizzastein auf dem Gitterrost in unterster Einschubhöhe (wichtig!) einlegen und mit vorheizen. Alternativ ein Backblech mit aufheizen.
9. Bärlauch gut abspülen und trocken schütteln. Etwa ¼ der Bärlauch-Blätter beiseitelegen.
10. Hälfte übrigen Bärlauch grob schneiden, mit dem Schmand pürieren, mit Salz abschmecken.
11. Restliche Bärlauch-Blätter grob schneiden und mit dem Rapsöl pürieren.
12. 1/3 vom Feta zerbröseln und mit dem Bärlauch-Öl mischen.



13. Den Teig in 4 bis 6 Portionen teilen. Zunächst einen Fladen mit dem Nudelholz auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche möglichst dünn ausrollen.
14. Etwas Kräuter-Schmand auf den ausgerollten Fladen streichen. Restlichen Feta zerbröseln und etwas davon auf dem Fladen verteilen.
15. Den Fladen auf einen mit Mehl bestäubten Pizzaschieber ziehen und mit Schwung auf den heißen Stein bzw. das Blech schieben. Den Fladen ca. 6 Minuten knusprig backen.
16. Während der Flammkuchen backt, den nächsten Fladen vorbereiten.
17. Gebackenen Flammkuchen aus dem Ofen nehmen. Einige Radieschen-Scheiben und etwas Bärlauch-Käse darüber streuen und sofort genießen.
18. Aus übrigem Teig und Belag auf gleich Weise weitere Flammkuchen zubereiten.

Pro Portion: 900 kcal/ 3760 kJ

96 g Kohlenhydrate, 24 g Eiweiß, 46 g Fett