

Pflaumen-Ziegenkäse-Flamm

kuchen mit roten Zwiebeln

— Bio Kochbox KW 35



Pflaumen-Ziegenkäse-Flammkuchen mit roten Zwiebeln



MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

Für den Teig:

200 g Mehl
100 ml Wasser
2 EL Olivenöl
½ TL Salz

Für den Belag:

150 g Crème fraîche
100 g Ziegenweiskäse
40 Pflaumen
1 rote Zwiebel
30 g Walnüsse
1 TL Honig
1 Handvoll Rosmarin
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Das Mehl wird mit Wasser, Olivenöl und Salz zu einem glatten, geschmeidigen Teig verknetet und abgedeckt etwa 20 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen gelassen. Währenddessen werden die Pflaumen gewaschen, sorgfältig trockengetupft, halbiert und entsteint, anschließend werden sie in dünne Spalten geschnitten. Die rote Zwiebel wird geschält, halbiert und in sehr feine Ringe geschnitten. Der Rosmarin wird gewaschen, trocken geschüttelt und die Nadeln werden fein gehackt. Die Walnüsse werden grob zerkleinert und in einer trockenen Pfanne kurz angeröstet. Der Backofen wird zusammen mit einem Backblech auf 240 °C Ober-/Unterhitze vorgeheizt. Der Teig wird halbiert und auf zwei Bögen Backpapier sehr dünn zu länglichen Fladen ausgerollt. Die Crème fraîche wird mit etwas Salz und Pfeffer glattgerührt und dünn auf den Teigfladen verteilt. Die Pflaumenspalten und Zwiebelringe werden daraufgelegt, der Ziegenkäse wird in kleinen Stücken darüber verteilt und alles mit Rosmarin bestreut. Die Flammkuchen werden nacheinander mit dem Backpapier auf das heiße Blech gezogen und etwa 10–12 Minuten gebacken, bis die Ränder kräftig gebräunt und knusprig sind. Nach dem Backen werden die gerösteten Walnüsse darübergestreut und der Honig wird in einem feinen Faden über den heißen Belag gegeben.