



Flammkuchen mit Pfifferlingen und Bündnerfleisch

Zutaten (für vier Personen)

100 g Mehl Typ 405

10 g Trockenhefe

1 Prise Zucker

60 ml Wasser

½ EL Olivenöl

1 Ei

½ TL Salz

3 EL Sauerrahm

2 EL gemischte, gehackte Kräuter

150 g Pfifferlinge (geputzt)

1 EL Olivenöl

80 g Zwiebelwürfel

1 Frühlingszwiebel

60 g Bündner Fleisch, in feine Streifen geschnitten

Salz, Pfeffer

Beilage:

350 g Pflücksalat

Zubereitung (circa 30 Minuten)

Mehl mit Trockenhefe, Prise Zucker, Salz, Ei, Wasser und Olivenöl gut verkneten, etwas ruhen lassen, auf mehlierte Arbeitsfläche dünn ausrollen, in gefettetes Pizzablech oder runde Obstkuchenform einlegen, überhängenden Teig mit Messer abschneiden, Form mit Teig in den Kühlschrank stellen.

Zwiebelwürfel in heißem Olivenöl glasig angehen lassen, geputzte Pfifferlinge zufügen und mit anschwelen. Röllchen von Frühlingszwiebeln, gemischte gehackte Kräuter mit unterziehen, Sauerrahm auf vorbereiteten Teig verteilen und ansautierte Pilze darauf verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad circa acht bis zehn Minuten backen, danach Bündnerfleisch in Streifen geschnitten darüber streuen, in Tortenstücke schneiden, in der Form servieren. Pflücksalat mit Essig-Öl-Marinade extra dazu stellen.

Nährwert pro Person

235 kcal – 10 g Fett – 11 g Eiweiß – 29 g Kohlenhydrate – 2 BE