

Sauerteig-Flammkuchen

Zutaten

Sauerteig

Anstellgut
10 g Roggenmehl
10 g lauwarmes Wasser

Teig

20 g Sauerteig
300 g Dinkelmehl Typ 630
10 g Salz
115 ml Wasser

Belag

1 große rote Zwiebel
1 Stange Lauch
150 g Schinkenspeck
200 g Crème fraîche
Salz, Pfeffer, Kräuter, etwas Zitronensaft



Zubereitung

Sauerteig

Anstellgut aus dem Kühlschrank mit Roggenmehl und Wasser verrühren und mindestens 16 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen. Am nächsten Tag nehmt ihr ca. 1/2 EL des Sauerteiges weg und stellt ihn wieder in den Kühlschrank. Den restlichen Sauerteig verwendet ihr für den Flammkuchen.

Teig

1. Alle Zutaten zu einem Teig verkneten. Fenstertest machen. Teig ca. 1 Stunde ruhen lassen.
2. Lauch und Zwiebeln putzen und in Ringe schneiden.
3. Crème fraîche mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Kräuter abschmecken.
4. Teig dünn auf einem Backpapier ausrollen. Backpapier auf ein Blech ziehen.
5. Mit Crème fraîche bestreichen, mit Zwiebel- und Lauchringen belegen und Speck darüberstreuen.
6. Backofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Blech in den vorgeheizten Ofen schieben und ca. 20 Minuten knusprig backen.
Die Pizzastufe des Backofens eignet sich auch super dafür. Wer einen Backstein hat, kann natürlich auch diesen nutzen.