MEIN GENUSS

Kürbis Flammkuchen

It’s a match!

Unser Schwarzer Pfeffer verleiht dem Flammkuchen eine würzige Schärfe und bildet einen schönen Kontrast zur Kürbis-Süße.

Vorbereitung **15 min**

Niveau **Mittel**

Zubereitung **20 min**

Zubereitung

1. Weizenmehl mit der Hefe, 1 TL Salz und Honig vermischen und mit 250 ml lauwarmen Wasser zu einem Teig verkneten. Den Teig abdecken und für ca. 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen.
2. Kürbis in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel in feine Spalten schneiden. Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fettzugabe anrösten und dann beiseite stellen.
3. Backofen auf 250° Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teig zu 4 dünnen Fladen ausrollen und auf ein Backblech legen.
4. Teigfladen mit Schmand bestreichen, mit Salz und Schwarzem Pfeffer würzen. Anschließend mit den Kürbisscheiben und Zwiebelspalten belegen.
5. Flammkuchen jeweils für 8-10 Minuten hellbraun backen. Dann aus dem Ofen nehmen.
6. Flammkuchen mit Rucola, gerösteten Kürbiskernen und etwas Petersilie bestreuen. Nach Belieben noch Schwarzen Pfeffer und Steinsalz darübergeben.

Zutaten

Für den Teig:

400 g Weizenmehl
1 EL Trockenhefe
1 TL Salz
1 TL Honig
250 ml Wasser

Für den Belag:

250 g Schmand
50 g Rucola
250 g Hokkaido-Kürbis
1 rote Zwiebel
1 TL Kürbiskerne
etwas Petersilie
Salz
Schwarzer Pfeffer

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt* auf deine nächste Bestellung.

*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 30.03.2026.