

# ELSÄSSER FLAMMKUCHEN SELBER MACHEN - REZEPT OHNE HEFE

Vorbereitungszeit: 15 Min | Ruhezeit: 20-30 Minuten |

Backzeit: 7 Minuten | 2 Flammkuchen



Elsässer Flammkuchen selber machen lohnt sich wirklich. Es macht nicht viel Mühe und das Ergebnis schmeckt hervorragend. Der Teig ist wunderbar knusprig und dünn. Unbedingt ausprobieren!

## Schritt 1

Wasser in eine Schüssel geben. Salz und Olivenöl ebenfalls hinzufügen und mit einem Schneebesen auflösen. Danach das Mehl dazu geben und mit einem Rührlöffel vermischen. Anschließend von Hand kneten, bis ein Teig entsteht. Diesen für ca. 5 Minuten auf der Arbeitsfläche durchkneten, indem der Teig mit dem Handballen auseinandergezogen wird. Ist der Teig glatt und geschmeidig, diesen zu einer Kugel formen und abgedeckt in Folie für 20-30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Alternativ kann der Teig in einer Küchenmaschine zubereitet werden.

## Schritt 2

Die Schwarte vom Speck mithilfe eines Messers entfernen. Speck in feine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und in dünne Streifen schneiden. Frühlingszwiebel waschen und in kleine Ringe schneiden. Crème Fraîche in eine kleine Schüssel geben und mit Salz und Pfeffer verrühren.

### Schritt 3

Backofen auf 260°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Blech währenddessen im Ofen lassen. Teig aus dem Kühlschrank nehmen und in zwei Portionen teilen. Danach mit einem Nudelholz nicht dicker als 1 mm ausrollen. Crème Fraîche auf dem Teig verteilen und Speck und Zwiebeln darauf geben. Flammkuchen auf einem Stück Backpapier auf das heiße Blech geben und für ca. 7 Minuten in den Ofen schieben.

### Schritt 4

Flammkuchen aus dem Ofen nehmen und mit Frühlingszwiebeln belegen. Anschließend in Stücke schneiden und auf einem Teller anrichten. Guten Appetit!

\* Mit dem Kauf dieser Produkte bekomme ich eine kleine Provision. Ihr unterstützt damit meinen Kanal. Für euch bleibt der Preis allerdings gleich, es kostet also nicht mehr.

## Elsässer Flammkuchen - Der Klassiker ganz ohne Hefe

## Tipps

Wird der Teig beim Kneten mit dem Handballen auseinandergezogen, kann sich die Glutenzufuhr gut entwickeln und der Teig wird glatt und geschmeidig.

### Rezept für 2 Flammkuchen:

- 125 ml Wasser
- 5 g Salz
- 2 Ei Öl
- 250 g Mehl Typ 550

Belag:

- 200 g Speck
- 1 Zwiebel
- optional etwas Frühlingslauch
- Ein Becher Crème Fraîche (250 g, 30 % Fett)
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Wie gefällt dir das Rezept?

Klicken Sie auf einen Stern, um dieses Rezept zu bewerten!

Bewertung abgeben

Durchschnittliche Bewertung 4.6 / 5. Anzahl der Bewertungen 41

Bisher noch keine Bewertung! Seien Sie der Erste, der dieses Rezept bewertet.

[Meine Feierabendküche\\*](#)