

## Rezepte «SRF bi de Lüt – Landfrauenküche 2017»

### Flammkuchen mit Salatbouquet

Vorspeise von Manuela Barmettler

Für 4 Personen

#### Flammkuchen

- 250 g Mehl
- 5 g Hefe
- ½ dl Wasser
- ½ TL Salz
- 1 dl Wasser
- 1 TL Öl
- 2 dl Crème fraîche
- 1 Bund Schnittlauch, geschnitten
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Muskatnuss
- 1 EL Butter
- 1 Lauchstengel, in feine Rondellen geschnitten
- 100 g Rohschinken, in Würfeli geschnitten

#### Teig

Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde bilden. Hefe in ein Schüsselchen geben und mit Wasser anrühren. Die aufgelöste Hefe in die Mulde geben und mit wenig Mehl bedecken. Mit einem Küchentuch bedeckt 30 Min. ruhen lassen.

Salz, Wasser und Öl zum Vorteig in die Mulde geben und unterziehen. Von der Mitte her das Mehl einarbeiten. Dann den Teig kneten, bis er glatt und elastisch ist. Den Teig mit einem feuchten Küchentuch bedecken und bei Raumtemperatur ums Doppelte aufgehen lassen.

#### Belag

Crème fraîche mit Schnittlauch, Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Butter in einer Pfanne erhitzen, Lauchrondellen zugeben und glasig dämpfen. Auskühlen lassen.

Den Backofen auf 270 Grad vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

Den Teig auf wenig Mehl dünn auswallen. Entweder die ganze Teigplatte auf das Backblech legen oder zuerst den Teig in Rechtecke schneiden und einzeln auf das Backblech tun.

Die gewürzte Crème fraîche auf den Teigplatten verteilen, dabei rundum einen Rand frei lassen. Mit Lauch und Rohschinken belegen.

Das Backblech in den Backofen schieben und bei 230 Grad, 15 Min. backen. Das Backblech aus dem Backofen nehmen und den Flammkuchen möglichst warm servieren.

### **Salatbouquet**

- Saisonsalat
- 1 Ei
- 2 Knoblauchzehen, fein geschnitten
- 1 kleine Zwiebel, fein geschnitten
- 5 dl Öl
- 2 EL Senf
- 1 dl Essig
- 2 ½ dl lauwarme Gemüsebouillon
- Salatgewürz

1 rohes Ei, Knoblauch und Zwiebel ins Mixglas geben und mixen. Öl nach Möglichkeit bei laufendem Betrieb langsam einfließen lassen (Mayonnaise). Jetzt Senf, Essig, Bouillon und Salatgewürz beifügen und gut mischen.

Die Salatsauce in eine saubere Flasche abfüllen und im Kühlschrank aufbewahren.

### **Anrichten**

In einer Schüssel Salat und Salatsauce mischen. Auf einem Vorspeiseteller ein Stück Flammkuchen mit Salatbouquet anrichten.