

Wirsing - Flammkuchen



Zutaten:

- 300 g Mehl (Type 550)
- Salz
- 1 TI Kümmelkörner
- 1 TI Trockenhefe
- 2 Ei Walnussöl
- 600 g Wirsingblätter
- 125 g Zwiebeln
- je 50 g Ziegengouda und Gruyère
- 75 g durchwachsener Speck in Scheiben
- 75 g Crème fraîche (oder saure Sahne)
- 4 Majoranzweige
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Mehl mit 1 TI Salz, Kümmel und Hefe mischen. Mit 225 ml lauwarmem Wasser und Walnussöl zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen.
2. Vom Wirsing die dicken Blattrippen entfernen. Wirsing in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 3-4 Minuten köcheln lassen. Kohl herausnehmen, kalt abspülen und die Blätter gut ausdrücken. Wirsing grob hacken. Zwiebeln schälen und in dünne Streifen schneiden. Käse reiben. Speck in 1 cm breite Stücke schneiden.
3. Ofen auf 250 Grad Ober,- Unterhitze vorheizen, Teig halbieren. Beide Hälften kneten und in etwas Mehl wenden. Von Hand ca. 1 cm dicke, längliche Fladen formen. Diese jeweils auf mit Backpapier belegte Bleche legen.
4. Die Fladen mit Crème fraîche bestreichen. Wirsing salzen, darauflegen, Zwiebeln darüberstreuen. Beide Käsesorten darauf verteilen, Majoran und Speck darüberggeben, pfeffern. Im Ofen auf der untersten Schiene etwa 20 Minuten backen.

Neu im Sortiment:

↳ Peperoni

↳ Holunderblütensirup

Star der Woche: Wirsing

Hohe Anteile an Vitamin B6

Viel Vitamin A,

Hoher Gehalt an Chlorophyll

<https://bit.ly/30i3MLR>

<https://bit.ly/2MEWNog>

RW 24



Auf den Schrederwiesen 44

80995 München

☎ 089 14347312

Hofverkauf

Mo. + Do.: 14:00 – 17:00

Sa.: 9:00 – 12:00

Bildquelle: <https://bit.ly/2AR5YPH>

Rezeptquelle: <https://bit.ly/2MGov49>