

Flammkuchen mit grünem Spargel und Lachs

ZUTATEN

4 Portionen

200 gr. Weizenmehl

Salz

20 gr. Hefe

100 ml Wasser

175 gr. Parmesan frisch gerieben

2 EL Olivenöl

300 gr. Spargel grün

2 Bund Frühlingszwiebeln

200 ml Saure Sahne

100 gr. Kräuterfrischkäse

Pfeffer aus der Mühle

50 gr. Getrocknete Tomaten in Öl, abgetropft u. klein gewürfelt

300 gr. Lachsfilet oder Räuchertofu

Mehl für die Arbeitsfläche

Backpapier

ZUBEREITUNG

Ca. 1/3 Mehl mit 1/2 TL Salz in eine Schüssel geben, Mulde eindrücken, Hefe reinbröseln, mit 2 EL warmem Wasser und Mehl vom Rand her glattrühren. An einem warmen Ort 20 Min. gehen lassen. Dann mit dem übrigen Mehl, Wasser, Parmesan und Öl zu einem geschmeidigen Teig kneten. Mit einem Tuch bedecken und weitere 30 Min. gehen lassen.

2

Spargel putzen und in Salzwasser ca. 5 Min. bissfest garen, längs halbieren und in mundgerechte Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln fein schneiden anschließend grob hacken, mit saurer Sahne, Kräuterfrischkäse, Tomatenwürfeln vermengen und kräftig würzen. Lachs in nicht so große Würfel schneiden.

3

Backofen auf 200° Umluft vorheizen. Den gegangenen Teig noch einmal gut durchkneten und vierteln. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche zu vier Fladen ausrollen. Auf mit Backpapier ausgelegte Bleche legen. Mit der Frühlingszwiebel-Käsemischung bestreichen, mit Spargel und Lachs belegen, ca. 8 Min. backen.