



Rezepte aus der Behr Küche

Flammkuchen mit Zucchini, Parmesan und Rucola



Zutaten für 2 Personen

Für den Teig:

170 g Mehl

90 ml Wasser

1 ½ EL Öl

Salz

(Alternativ ein frischer, backfertiger Flammkuchenteig)

Für den Belag:

1 Zucchini

1/2 rote Zwiebel

Eine Handvoll Cocktailtomaten

30 g Rucola

1/2 Bund Rosmarin

200 g Sauerrahm

30 g Parmesan

4 EL Olivenöl

1 EL Weißweinessig

Salz

Pfeffer

Zucker

Zubereitung:

Für den Teig zunächst das Mehl mit Wasser, Öl und einer Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten. Den selbstgemachten Teig oder alternativ den frischen, backfertigen Flammkuchenteig auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech dünn ausrollen. Den Backofen auf 250 Grad Umluft vorheizen.

Im Anschluss die Zucchini in 0,5 cm breite Scheiben schneiden, die Cocktailtomaten halbieren und die Zwiebel in feine Ringe schneiden. Die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und fein hacken. Den Sauerrahm mit dem Rosmarin vermengen und mit Salz und Pfeffer nach Belieben würzen. Dann die Zucchinischnitten, die Tomaten und die Zwiebelringe in eine Schüssel geben und mit 2 EL Öl, Salz und Pfeffer nach Belieben würzen.

Im Anschluss den Flammkuchenteig gleichmäßig mit dem Rosmarin-Sauerrahm bestreichen. Nun die Zucchinischnitten, Tomaten und Zwiebelringe auf dem Flammkuchen verteilen und das Ganze im vorgeheizten Ofen auf der untersten Schiene für ca. 12 Minuten goldbraun backen.

Währenddessen in einer weiteren Schale 2 EL Öl mit dem Essig, ½ TL Salz und 1 TL Zucker zu einer Vinaigrette verrühren. Kurz vor dem Servieren den Rucola mit der Vinaigrette vermengen und den



Parmesan fein hobeln. Im Anschluss den Flammkuchen mit dem Rucola und dem Parmesan garnieren.

Rezepte aus der Behr Küche

Guten Appetit!