

Kochen mit Klaus

Flammkuchen mit Spargel & Lachs

Zutaten: (Für 3-4 Personen)

- 150 g Mehl, 10 g Hefe, Salz, 70 ml Wasser, 50 g gerieb. Parmesan,
- Olivenöl, 5 Lauchzwiebeln, 125 g Champignons, 200 g TK-Lachs,
- 300 g grüner Spargel, Zitronensaft, Zucker, Pfeffer, getr. Estragon,
- 100 g saure Sahne & 150 g Frischkäse

Zubereitung:

1. Lachs auftauen lassen u. in kleine Würfel schneiden. Mehl mit $\frac{1}{4}$ TL Salz in eine Schüssel geben. Mulde eindrücken, Hefe zerbröseln, mit 2 EL warmen Wasser verrühren u. in die Mulde gießen. Mit Mehl vom Rand bedecken. An einem warmen Ort ca. 20 Min. gehen lassen. Mit übrigem Wasser, Parmesan u. 1 EL Öl zu einem geschmeidigen Teig verkneten (Evtl. noch Mehl zugeben, so dass der Teig nicht mehr klebt). Abgedeckt weitere 30 Min. warm gehen lassen.



2. Lauchzwiebeln klein hacken, mit saurer Sahne u. Frischkäse verrühren, mit Salz, Pfeffer u. etwas Estragon würzen. Pilze putzen u. vierteln. Spargel im unteren Drittel schälen, Enden abschneiden, Rest in Stücke schneiden, im Dampfgarer mit Salz, Zucker u. Zitronensaft ca. 8 Min. garen, nach 5 Min. die Spitzen zugeben.



3. Teig auf bemehlter Fläche zu 2 länglichen Fladen ausrollen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit der Zwiebelmischung bestreichen. Pilze, Spargel, Lachs darauf verteilen, bei 200°C Umluft ca. 15-20 Min. backen.



Tipp des Chaoten: Dazu einen Weißwein genießen. Klasse!



Erstellt von Klaus am 19.05.2014