

Lachs-Garnelen Flammkuchen von der White Lady (großer, runder Stein)

Bei 9 Stücken pro Stück 4 SmartPoint Punkte

Zutaten für den Belag:

200 g Räucherlachs, 200 g Garnelen

2 Rote Zwiebeln, in Ringe geschnitten

1 Kräuterfrischkäse, 0,2% Fett

15 g frisch geriebenen Parmesankäse, ich reibe ihn mit der feinen Microplanereibe

30 g frisch geriebenen Emmentalerkäse, ich reibe ihn mit der groben Microplanereibe

Etwas frisch gepressten Zitronensaft

1 TL Gewürz „Nicht Fleisch, nicht Fisch, 1 TL Schlemmerkräuter, etwas Pfeffer

Zutaten für den Teig:

120 g lauwarmes Wasser, ½ TL Salz, 225 g Mehl Typ 550, Prise Zucker

10g frische Hefe, 1 ¼ EL Olivenöl

Zubereitung des Teiges im Thermomix oder der Kenwood:

Wasser, Prise Zucker, 10g Hefe im TM 2 Min auf 37Grad-Stufe 2 erwärmen. Dann das Mehl, Öl, Salz dazu und 5 Min auf Knetstufe kneten.

In der Kenwood rühre ich die Hefe und den Zucker mit einem Schneebesen ein, setze den Knethaken ein und knete den Teig ebenfalls 5 Min auf Stufe 1.

Wenn kein Thermomix vorhanden ist, einfach die Hefe mit dem Zucker in lauwarmen Wasser auflösen und dann die restlichen Zutaten zugeben und alles gut miteinander verkneten.

Dann den Teig in die 1 Liter Glasnixe füllen, abdecken und mind.1 Std. gehen lassen.

Zubereitung:

Den Backofen auf 230 Grad O/U Hitze vorheizen.

Die White Lady (großer runder Stein) leicht mit Albaöl fetten, dann den Hefeteig darauf geben und mit dem Teigroller gleichmäßig bis zum Rand ausrollen.

Nun den Frischkäse in ein Gefäß füllen, mit etwas Zitronensaft und den Gewürzen und Pfeffer würzen und auf dem Teig, am besten mit dem „Streicher“ verteilen. Dann die Zwiebelringe, den Lachs und die Garnelen gleichmäßig auf dem Teig verteilen.

Jetzt mit der groben Microplanereibe etwas Emmentalerkäse und mit der feinen Microplanereibe etwas vom Parmesankäse reiben.

Die beiden Käsesorten ebenfalls gleichmäßig auf dem Teig verteilen.

Nun den Flammkuchen für ca. 35 Min aufs untere Rost in den Backofen geben und fertig backen.

Guten Appetit wünscht Euch Judith ☺