



Zucchini-Flammkuchen

250g Weizen-Vollkornmehl
1 Eigelb,
3 EL Olivenöl,
1 TL Salz
120ml Leitungswasser

50g Asia-Salat
2 Zucchini

75g Blaue Kornblume
200g Creme fraiche
Salz, Pfeffer
Zitronenschale

etwas Olivenöl

zusammen mit

sowie

zu einem Teig verkneten und abgedeckt für etwa 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

putzen, waschen und trockenschütteln.

waschen und putzen. Mit einem Gemüsehobel der Länge nach in Streifen schneiden.

krümelig schneiden und mit verrühren. Mit

und etwas

würzig abschmecken.

Den Teig in zwei Portionen teilen und dann jeweils sehr dünn auf einem Backpapier ausrollen. Die Creme fraiche-Mischung auf dem Teig verteilen und die Zucchiniestreifen darauf geben.

Die Flammkuchen auf der mittleren Schiene für etwa 10-15 Minuten backen. Vor dem Servieren mit dem Asia-Salat belegen sowie darüber träufeln.

Biolandhof Avena/Dreyer GbR

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn

04920 / 318

info@biolandhof-avena.de

www.biolandhof-avena.de