

ROTKOHL-FLAMMKUCHEN

Das benötigt Ihr für einen großen Flammkuchen

für den Teig

Vollkornmehl	250 g
kräftige Prise Salz	1
Wasser	125 ml
Öl	2 EL

für den Belag

Rotkohlblätter	4-5
Butter	1 EL
mittelgroße rote Zwiebel	1
Rotwein	50 ml
Essig	1 EL
Honig	1 TL
Zimt, gemahlen	1 Prise
Piment, gemahlen	1 Prise
Muskatnuss, gemahlen	1 Prise
Salz und Pfeffer	1
Apfel	1
Crème fraîche	150 g
Bio-Zitronenabrieb	1 TL
Camembert	100 g
Walnusskerne	8
Rucola	1 Hand

So wird's gemacht...

Wer den Teig selbst macht, verknetet Mehl, Salz, Wasser und Öl zu einem glatten Teig. Diesen dann zu einer Kugel formen und in Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Rotkohl in sehr feine Streifen schneiden und in Butter ca. 5 Minuten bei geschlossenem Deckel und wenig Hitze schmoren.

Zwiebel schälen, halbieren und in halbe Ringe schneiden. Zum Kohl geben und alles weitere fünf Minuten – diesmal ohne Deckel braten.

Mit Rotwein und Essig ablöschen, Honig und Gewürze zufügen und den Sud dann bei mittlerer Hitze komplett einkochen lassen. Dabei müsst Ihr aufpassen, dass das Ganze nicht anbrennt. Kohl dann etwas abkühlen lassen.

Apfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und in feine Spalten schneiden.

Backofen auf 220 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Teig auf einer mit Mehl bestäubten Fläche oder direkt auf dem Backpapier möglichst dünn ausrollen und auf das Blech legen.

Crème fraîche glatt rühren, mit Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer würzen und den Teig damit bestreichen.

Flammkuchen gleichmäßig mit dem vorgegarten Kohl belegen, den Rand frei lassen.

Camembert in dünne Scheiben schneiden und zusammen mit den Apfelspalten sowie den gehackten Walnusskernen auf dem Kohl verteilen.

Im vorgeheizten Ofen ca. 10-15 Minuten backen, bis der Rand knusprig und der Käse zerlaufen ist.

Flammkuchen aus dem Ofen nehmen und heiß servieren. Zuvor ruhig noch mit Rucola garnieren.