

Kürbis-Flammkuchen

Zutaten für 1 grosses Blech

1,25 dl	Wasser	
10 g	Hefe	zusammen verrühren
200 g	Mehl	in eine Schüssel geben, eine Vertiefung hinein drücken
½ Teel.	Salz	darüber streuen
1 Essl.	Öl	mit dem Hefe-Wasser dazugeben, zu einem Teig kneten, zudecken und an der Wärme aufgehen lassen, danach dünn ausrollen, auf Blech mit Backpapier legen
2 Stück	Zwiebeln	in Streifen schneiden
150 g	Kürbis	in dünne Streifen schneiden oder raspeln
100 g	Kräuterfrischkäse	zusammen verrühren
½ dl	Rahm	abschmecken, auf den Teig verstreichen, Zwiebel und Kürbis darüber streuen
	Kräuter & Blüten	damit würzen, im vorgeheizten Ofen bei 250° in der unteren Ofenhälfte 5-6 Minuten backen, sofort servieren
	Caribic Spice	

Tipp: anstelle selber Teig machen, kann fertiger Pizzateig verwendet werden



Die verwendeten Gewürze:

Kräuter & Blüten

Verleiht Suppen, Saucen, Gemüse, Salat, Eierspeisen, Kräuterbutter, Kartoffeln und Dips einen feinen Kräutergeschmack

Caribic Spice

Tropisch, rassig für Fleisch, Geflügel, Fisch, Meeresfrüchte, Gemüse und Reisgerichte