

Flammkuchen mit Bio-Camembert

2 Portionen, 30 Minuten Zubereitungszeit + 30-60 Minuten Ruhezeit

Zutaten:

Teig:

100g Mehl
200ml lauwarmes Wasser
1 TL Salz
1 EL Öl

Belag:

1 Becher **ANDECHSER NATUR Bio-Schmand**
1 **ANDECHSER NATUR Bio-Camembert**
2 Hände voll Rucola
1 rote Zwiebel
Salz, Pfeffer

So geht's

1. Für den Teig alle Zutaten zügig zu einem geschmeidigen Teig kneten. Diesen abgedeckt bei Raumtemperatur 30-60 Minuten ruhen lassen.

2. Den Backofen mit Backblech auf höchster Temperatur bei Ober-/Unterhitze vorheizen.

3. Den Teig zu einem dünnen Rechteck ausrollen und auf ein Backpapier legen. Den ANDECHSER NATUR Bio-Schmand darauf verteilen und mit Salz und Pfeffer würzen.

4. Die Zwiebel in dünne Ringe schneiden, den ANDECHSER NATUR Bio-Camembert in Scheiben schneiden. Den Flammkuchen damit belegen und mit Backpapier auf das heiße Blech legen. Etwa 8-10 Minuten backen, bis der Rand anfängt sich leicht zu bräunen.

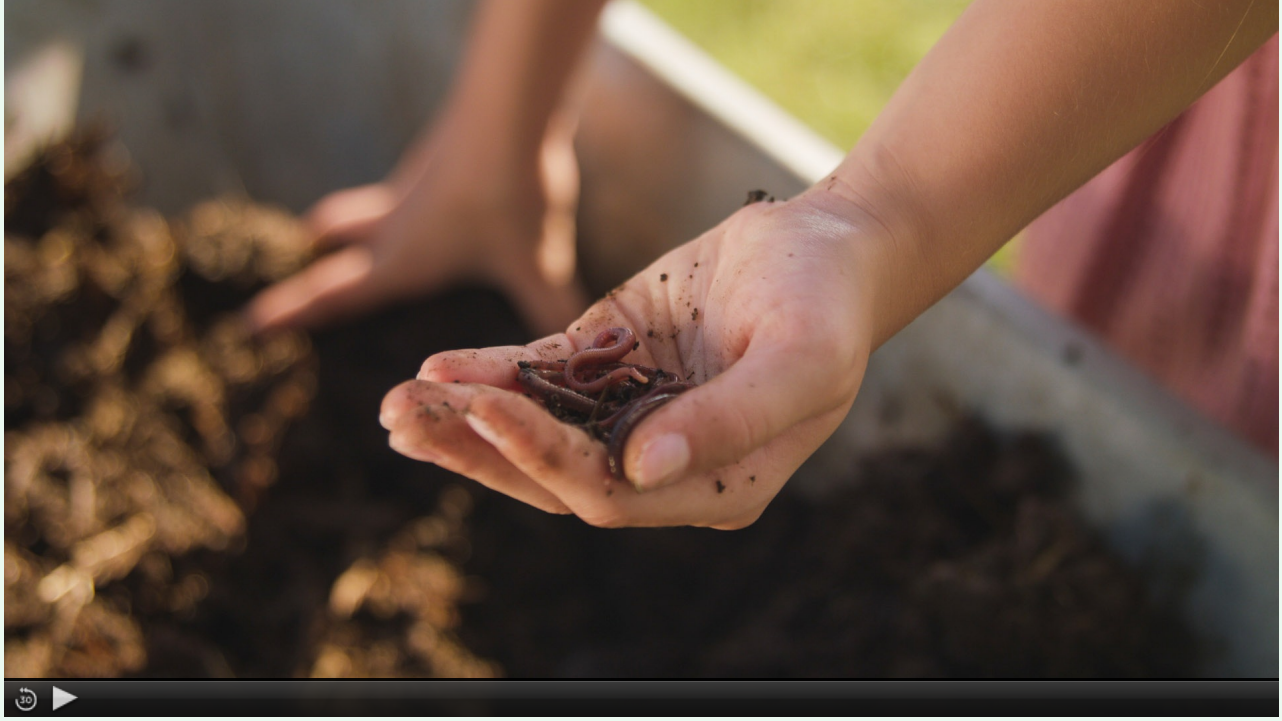
5. Den frischen Rucola über dem Flammkuchen verteilen und direkt servieren.

Der ANDECHSER NATUR Bio-Standard

Was gehört zu einer artgerechten Tierhaltung?



Warum ist ein gesunder Boden so wichtig?



Wie funktioniert Humusaufbau mit Mikroorganismen?



Was ist muttergebundene Kälberaufzucht?

