

Flammkuchen mit Spargel



Zutaten für 1 Blech:

Für den Teig

- 200 g Weizenmehl
- 1 TL Salz
- 110 ml Wasser
- 1 EL Öl

Für den Belag

- 1 Becher Creme Fraiche
- 5 Stangen grüner Spargel
- 80 g Parmaschinken
- 70 g geriebener Parmesan
- Rucola

Arbeitszeit: ca. 15 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 20 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 35 Minuten

Zubereitung:

1. Bereite den Teig zu, indem du alle Zutaten verknetest. Rolle ihn auf einem mit Backpapier belegtem Blech aus.
2. Bestreibe ihn mit Creme Fraiche und streue Flammkuchen- oder Pizzakräuter drüber.
3. Wasche den grünen Spargel, entferne die Enden und schneide ihn in Stücke. Verteile

die Stücke auf dem Flammkuchen. Backe ihn bei 220°C Ober-/Unterhitze für 20 Minuten.

4. Schneide in der Zwischenzeit den Rucola klein und hoble den Parmesan grob.
5. Nimm den Spargel-Flammkuchen aus dem Ofen und verteile den Parmaschinken, den Rucola und den Parmesan darauf. Schneide ihn in Stücke und serviere ihn warm. Auch ein Schuss gutes Olivenöl extra vergine sowie etwas frisch gemahlener Pfeffer passen noch prima darüber.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

