



# Badischer Flammkuchen mit Schinken und Spargel

- **Portionen:** 2
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '2', 'yield' : '' });
```

Schnell gemacht, edel belegt, zum Glas Wein immer wieder ein Genuss

## Zutaten

- Der Flammkuchenteig:
  - 10 g frische Hefe
  - 100 g Mehl
  - 25 g Roggenmehl
  - 2 El Öl
  - 80 ml warmes Wasser
- Für den Belag:
  - 250 g grüner Spargel
  - 3 Frühlingszwiebeln, geputzt, gewaschen, längs halbier, in 3-4 cm langen Stücken
  - 40 g Schwarzwälder Schinken in dünnen Scheiben
  - 1 Eigelb
  - 50 g Crème fraîche
  - 1 El Sahne
  - Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 Strich Muskatnuss

## Zubereitungsart

### Schritt1

Zunächst den Backofen auf höchste Stufe, ca, 220 ° C vor heizen, die Hefe in lauwarmes Wasser bröckeln, auflösen.

### Schritt2

Der Flammkuchenteig:

### **Schritt3**

Mit dem Mehl und Roggenmehl, 1 Prise Salz, Zucker und dem Hefewasser zu einem gut durchgewirkten, geschmeidigen Teig verkneten. An einem warmen Ort, abgedeckt ca. 50 min. aufgehen lassen.

### **Schritt4**

Danach zu dünnen, ovalen Fladen ausrollen und auf das mit Backpapier ausgelegte, flache Backblech legen; mit einer Gabel einstechen.

### **Schritt5**

In der Zwischenzeit den grünen Spargel vorsichtshalber im unteren viertel schälen. (Da ist er oft noch holzig)

### **Schritt6**

Unten kappen und in der Länge halbieren; ebenso den Frühlingslauch.

### **Schritt7**

In kochendem Salzwasser 3 min. blanchieren, dann für eine halbe Minute den Lauch dazu geben.

### **Schritt8**

Heraus fangen, kurz kalt abschrecken, abtropfen lassen, gleichmäßig auf den Fladen verteilen.

### **Schritt9**

### **Schritt10**

Inzwischen die Eigelbe, Crème fraîche und Sahne verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen; über den Flammkuchen träufeln.

### **Schritt11**

Für ca. 15 min. auf der untersten Schiene backen, in der letzten Minute den Schinken darüber verteilen.

**Rezeptart:** Badisch

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/badischer-flammkuchen-mit-schinken-und-spargel/>