

# Elsässer Flammkuchen mit Munsterkäse und Trauben



- **Küche:** Französisch
- **Gang:** Abendessen, Mittagessen
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
  
- **Portionen:** 6
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '6', 'yield' : '' });
```

Flammkuchen kommt ursprünglich aus der Pfalz, Baden und dem benachbarten Elsass, wo er auch "tarte flambée" genannt wird.

Der Name kommt daher, dass in alter Zeit die Flammen im Holzbackofen noch nicht vollständig ausgelodert waren, wenn er eingeschoben wurde, um die starke Resthitze auszunutzen.

Zu Beginn der Weinsaison, wenn der erst junge Most des Jahres ausgeschenkt ist, wird er landauf und landab als „Federweißer“ angeboten.

Der klassische Belag besteht aus Schinken, rohen Zwiebeln und Sauerrahm oder Schmand. Darüber hinaus sind der Phantasie aber fast keine Grenzen gesetzt, denn auch Süße Versionen erfreuen sich großer Beliebtheit.

Dieser Gekonntgekocht Vorschlag ist eine typisch Elsässer Variante mit Schweineschmalz und verbindet das eine mit dem anderen. Typischer Elsässer Munsterkäse, durchwachsender Speck und Trauben gehen hier eine innige Beziehung miteinander ein und schmecken hervorragend.

## Zutaten

- 450 g Mehl von Typ 550, gesiebt und 1 Prise Salz
- 30 g zerlassenes Schweineschmalz
- 10 g frische Hefe
- 1/4 l warmes Wasser
- 350 g Sahnequark
- 150 g Crème fraîche
- 2 EL Rapsöl
- 300 g Rohmilch - Munsterkäse in Scheiben oder Würfeln
- Je 100 g grüne und blaue Trauben, gewaschen, halbiert, entkernt
- 250 g durchwachsener Räucherspeck in dünnen Scheiben
- 4 - 5 Zwiebeln, ca. 250 g in dünnen, halben Scheiben
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitungsart

### Schritt1

Den Backofen auf die höchste Stufe 5 - 10 min. vorheizen, die flachen Backbleche mit Speiseöl einfetten.

### Schritt2

Den Sahnequark mit Creme fraiche und dem Rapsöl verrühren, herzhaft abschmecken.

### Schritt3

**Der Teig:** Das Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine kleine Kuhle formen. Die Hefe in etwas warmes Wasser bröckeln dazu geben, etwas mit Mehl vom Rand verarbeiten. (Der Fachmann nennt das einen Vorteig).

### Schritt4

An einem warmen Ort zugedeckt ca. 20 - 25 min. aufgehen lassen.

### Schritt5

Danach alles mit den Knethaken des Küchenmixers (oder von Hand), mit dem restlichen Wasser und dem ausgelassenen Schweineschmalz, sowie einer Prise Salz glatt verarbeiten. Abermals 15 - 20 min. aufgehen lassen.

### Schritt6

Danach in möglichst dünnen, beliebig großen Fladen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen.

### Schritt7

Die Quarkmasse glatt verstreichen, die Trauben und den Munsterkäse gleichmäßig verteilen.

## Schritt8

5 - 6 min. knusprig backen, herausnehmen und in mundgerechte Stücke schneiden.

**Rezeptart:** Backen, Teige, Massen, Blechkuchen, Fingerfood, Kleine Gerichte, Schweinefleisch, Sonstige **Zutaten:** Creme Fraiche, Hefe, Mehl, Milch, Öl, Pfeffer, Quark, Salz, zwiebel

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/elsaesser-flammkuchen-2/>