

## Rezept

# Roggen-Flammekuchen

Ein Rezept von Roggen-Flammekuchen, am 19.04.2024

## Zutaten

<b>300 g</b> Roggenbrotbackmischung (inkl. Triebmittel)	<b>1</b> Zwiebel
<b>250 g</b> Champignons	<b>1 EL</b> Rapsöl
<b>200 g</b> Ziegenfrischkäse	<b>50 ml</b> Weißwein
Salz	Pfeffer
<b>50 g</b> Kürbiskerne	<b>1 Bund</b> Rucola
<b>3 EL</b> Kürbiskernöl	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min  
| **Pro Portion** Ca. 565 kcal

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 250° (Umluft 220°) vorheizen. Die Brotbackmischung nach Packungsanleitung mit 125 ml Wasser verkneten und ca. 15 Min. gehen lassen, während die übrigen Zutaten vorbereitet werden.
2. Die Zwiebel schälen und würfeln. Champignons putzen und in feine Scheiben hobeln. Zwiebel im Öl glasig dünsten, Champignons zugeben und bei starker Hitze ca. 5 Min. anbraten.
3. Den Frischkäse mit dem Wein verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Brotteig auf einem bemehlten Backblech ausrollen und mit dem Ziegenkäse bestreichen. Zwiebeln und Champignons darauf verteilen. Kürbiskerne grob hacken und darüberstreuen. Den Flammekuchen im Ofen (unten) ca. 10 Min. backen.
4. Inzwischen die Rucola waschen und die Stiele abschneiden. Flammekuchen aus dem Ofen nehmen, mit Rucola belegen und mit Kürbiskernöl beträufelt sofort servieren.