Rezept

Schwäbischer Dinkel-Zwiebelkuchen

Ein Rezept von Schwäbischer Dinkel-Zwiebelkuchen, am 29.04.2024

Zutaten

200 g	Mehl
	½ Würfel Hefe (ca. 20 g)
	¼ l lauwarme Milch
	Salz
200 g	durchwachsener Speck
3 EL	Mehl
1 TL	getrockneter Majoran
	Butter für das Backblech
200 g	Dinkelvollkornmehl
1 Prise	Zucker
2 EL	weiche Butter
1 kg	Zwiebeln
3	Eier
250 g	saure Sahne
	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Backblech (20 Stücke) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 195 kcal

Zubereitung

1. Beide Mehlsorten mischen. Mit Hefe, Zucker, Milch, Butter und 1 TL Salz, einen Teig zubereiten. Teig zugedeckt 30 Min. gehen lassen.

2. Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Speck klein würfeln und in einer großen Pfanne auslassen. Zwiebelringe zugeben und glasig werden lassen, dann etwas abkühlen lassen. Eier mit Mehl und saurer Sahne verrühren, mit Majoran, etwas Salz und Pfeffer würzen. Die Eier-Sahne-Mischung unter die Speck-Zwiebel-Masse rühren. Die Masse abkühlen lassen.

3. Ein Backblech einfetten. Den Teig nochmals kneten, in der Größe des Blechs ausrollen und auf das Blech legen, dabei einen Rand formen. Mit Speck-Zwiebel-Masse bestreichen. Den Ofen auf 200° vorheizen. Den Kuchen zugedeckt 10 Min. gehen lassen. Den Kuchen im Backofen (Mitte, Umluft 180°) 35-40 Min. backen.