

Rezept

Babyflammkuchen mit Zucchini

Ein Rezept von Babyflammkuchen mit Zucchini, am 25.04.2024

Zutaten

375 g Vollkorn-Weizenmehl	3 EL Olivenöl
150 g Frischkäse	1 Knoblauchzehe
2 TL getrockneter Thymian	Salz
Chiliflocken (für die Großen)	1 kleiner Zucchini
100 g geriebener Mozzarella	

Außerdem:

Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 245 kcal, 10 g F, 10 g EW, 300 g KH

Zubereitung

1. Mehl, Öl und 190 ml Wasser in einer Schüssel mit den Knethaken des Handrührgeräts in ca. 5 Min. zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zugedeckt ca. 10 Min. ruhen lassen.
2. Inzwischen den Frischkäse in einer Schüssel mit 1 EL Wasser glatt verrühren. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Den Thymian unterrühren. Für das Baby 2 EL Frischkäsecreme abnehmen, den restlichen Frischkäse für die Großen kräftig mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken abschmecken.
3. Den Zucchini putzen, waschen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Den Backofen auf 220° vorheizen, zwei Backbleche mit Backpapier belegen.
4. Den Teig in 8 Portionen teilen. Diese auf der gut bemehlten Arbeitsfläche zu ovalen Fladen (18 cm lang) ausrollen und auf die Bleche legen. Für das Baby 2 Fladen mit der milden Frischkäsecreme bestreichen, die restlichen Fladen für die Großen mit der gewürzten Frischkäsecreme bestreichen. Zuletzt alle Flammkuchen mit Zucchinis Scheiben und Mozzarella belegen.
5. Zuerst das Blech mit den Babyflammkuchen im Ofen (Mitte) ca. 10 Min. backen. Herausnehmen und auskühlen lassen. Dann das zweite Blech ebenso backen. Den Babyflammkuchen quer in ca. 3 cm breite Streifen schneiden.