

Rezept

Feldsalat mit Mini-Flammkuchen

Ein Rezept von Feldsalat mit Mini-Flammkuchen, am 21.05.2025

Zutaten

300 g Mehl	Salz
100 g Schweine- oder Butterschmalz	200 g Speckscheiben
1 Stange Lauch	1 Stange Lauch
Pfeffer	1 Schalotte
1 EL Öl	2 EL Weißweinessig
4 EL Nussöl	1 TL Senf
Salz	Pfeffer
200 g Feldsalat	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min
| **Pro Portion** Ca. 975 kcal

Zubereitung

1. Für die Flammkuchen Mehl mit 1 TL Salz in einer Schüssel mischen. Schmalz mit 100 ml Wasser aufkochen, zum Mehl gießen und zu einem glatten Teig verkneten. Vorsicht, der Teig ist sehr heiß! Am besten erstmal Mehl und Wasser mit einem Holzlöffel zu einem Teig vermischen, bis er etwas abgekühlt ist, dann mit den Händen weiterkneten. Teig zugedeckt im Kühlschrank in etwa 2 Std. vollständig auskühlen lassen.
2. Die Speckscheiben in dünne Streifen schneiden. Den Lauch der Länge nach halbieren, Wurzeln und welke Blätter entfernen. Lauchhälften gründlich waschen und quer in dünne Streifen schneiden. Speckstreifen in einer beschichteten Pfanne 3 Min. braten. Lauch zugeben und 2 Min. mit dem Speck mitbraten. Vom Herd nehmen, etwas abkühlen lassen und dann in einer Schüssel mit der sauren Sahne mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Den Backofen auf 220° (Umluft 200°) vorheizen, ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig zu etwa 3 cm dicken Strängen formen und in 4-5 cm große Stücke schneiden. Jedes Teigstück auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche so dünn wie möglich ausrollen. Teigstücke auf das Blech legen und mit der Speck-Lauch-Mischung dünn bestreichen. Die Flammkuchen im Ofen (Mitte) in etwa 8 Min. knusprig braun backen.
4. Inzwischen für den Salat die Schalotte schälen, fein würfeln und mit dem Öl in einer beschichteten Pfanne 2 Min. dünsten. Schalotte mit Essig, Nussöl und dem Senf verrühren. Die Vinaigrette mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Salat verlesen, putzen, waschen und trocken schleudern. Flammkuchen aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen. Den Salat mit der Vinaigrette mischen und mit den Mini-Flammkuchen servieren.