

Rezept

Kürbis-Flammkuchen mit Schinken

Ein Rezept von Kürbis-Flammkuchen mit Schinken, am 28.06.2026

Zutaten

½ Würfel Hefe (ca. 20 g)	250 g Mehl
100 ml Buttermilch	2 EL Olivenöl
Salz	400 g Hokkaidokürbis
2 Zwiebeln	2 Zweige Rosmarin
200 g Crème fraîche	Pfeffer
50 g Rucola	100 g luftgetrockneter Schinken (in Scheiben)
2 EL Olivenöl	Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 665 kcal

Zubereitung

1. Die Hefe in 4 EL warmem Wasser auflösen. Mit Mehl, Buttermilch, Öl und ½ TL Salz zu einem glatten Teig verkneten. Zur Kugel formen und zugedeckt an einem warmen Ort 1 Std. gehen lassen. Inzwischen den Kürbis waschen, halbieren, entkernen und mit Schale in dünne Streifen hobeln. Die Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Von den Rosmarinzweigen die Nadeln abstreifen und grob hacken.
2. Backofen auf 240° vorheizen. Teig auf der bemehlten Fläche mit den Händen durchkneten, in zwei Portionen teilen und jeweils auf 1 Bogen Backpapier dünn und oval ausrollen.
3. Crème fraîche mit Salz und Pfeffer verrühren, auf den Teigfladen verstreichen. Kürbis, Zwiebeln und Rosmarin darauf verteilen, salzen und pfeffern. Nacheinander jeweils einen Teigfladen samt Backpapier auf das Blech ziehen und im heißen Ofen (unten) 10-15 Min. backen.
4. Rucola waschen, verlesen und trocken schütteln. Schinken in mundgerechte Stücke zupfen. Beides auf dem Flammkuchen verteilen, mit Olivenöl beträufeln und heiß servieren.