

## Rezept

# Möhrenflammkuchen

Ein Rezept von Möhrenflammkuchen, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>15 g</b> Hefe	<b>250 g</b> Mehl
Salz	Butter für das Backblech
Mehl zum Arbeiten	<b>500 g</b> junge Möhren
<b>500 g</b> Räucherspeck	<b>200 g</b> Crème fraîche
Salz	Pfeffer
<b>4 EL</b> Olivenöl zum Beträufeln	<b>2 Stängel</b> Koriandergrün
<b>2 Stängel</b> Estragon	<b>3 Stängel</b> Petersilie

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 4 STÜCK | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 670 kcal

## Zubereitung

1. Die Hefe in 125 ml lauwarmes Wasser bröckeln und glatt rühren. Hefe, Mehl und 1 Prise Salz mit den Knethaken des Handrührgeräts verkneten, dann mit den Händen zu einem glatten Teig kneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Min. gehen lassen.
2. Inzwischen für den Belag die Möhren putzen, schälen und in dünne Scheiben schneiden oder auf dem Gemüsehobel hobeln. Den Speck in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.
3. Den Backofen auf 250° (Umluft 230°) vorheizen. Zwei Backbleche (oder vier Pizzableche) einfetten. Den Teig in 4 Portionen teilen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu sehr dünnen Kreisen (à ca. 24 cm Ø) ausrollen. Je 2 Teigkreise auf ein Backblech (oder je 1 Fladen in die Pizzableche) legen.
4. Die Teigböden mit der Crème fraîche gleichmäßig bestreichen. Die Möhrenscheiben und Speckstreifen darauf verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Öl beträufeln.
5. Die Flammkuchen nacheinander im Ofen (Mitte) ca. 15 Min. backen. Inzwischen die Kräuter abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Den Flammkuchen herausnehmen und kurz ruhen lassen, dann aus der Form nehmen und mit Koriander-, Estragon- und Petersilienblättchen bestreut servieren.