

Rezept

Pfannenflammkuchen

Ein Rezept von Pfannenflammkuchen, am 25.04.2024

Zutaten

1 rundes Fladenbrot	100 g Bauchspeck
250 g Schmand	Salz
Pfeffer	1 Zwiebel
½ Bund Schnittlauch	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 545 kcal, 24 g F, 17 g EW, 68 g KH

Zubereitung

1. Das Fladenbrot mit einem langen Messer horizontal durchschneiden. Eine große Pfanne (mit Deckel) erhitzen und die Brothälften nacheinander mit der Schnittseite nach unten je 2-3 Min. rösten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitelegen.
2. Den Speck mit einem scharfen Messer in feine Streifen schneiden und in der gleichen Pfanne ohne Zugabe von Fett 3-4 Min. anbraten. Dann herausnehmen und auf Küchenpapier entfetten. Die Pfanne mit Küchenpapier auswischen.
3. Den Schmand in einer kleinen Schale glatt rühren, wenig salzen und pfeffern. Die Zwiebel schälen, halbieren, dann quer in dünne Ringe schneiden. Schnittlauch waschen und trocken schütteln, anschließend in kleine Röllchen schneiden.
4. Die erste Hälfte Fladenbrot mit der Schnittseite nach unten in die Pfanne setzen. Mit der halben Menge Schmand bestreichen sowie mit der Hälfte Zwiebeln und Speck belegen. Den Flammkuchen zugedeckt bei kleiner Hitze 5-7 Min. backen.
5. Anschließend aus der Pfanne nehmen und die zweite Hälfte Fladenbrot in gleicher Weise belegen und backen. Vor dem Servieren mit Schnittlauch bestreuen und in Stücke schneiden.