Rezept

Schneller Zwiebelfladen

Ein Rezept von Schneller Zwiebelfladen, am 08.10.2026

Zutaten

400 g	rote Zwiebeln
	Salz
250 g	saure Sahne
1 TL	Chiliflocken
1	Pizzateig (ca. 400 g; backfertig auf Backpapier; aus dem Kühlregal)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 820 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 220° vorheizen. Die Zwiebeln schälen, vierteln und in feine Streifen schneiden. Die Zwiebelstreifen mit den Chiliflocken mischen und mit Salz würzen.

2. Den Pizzateig mitsamt dem Backpapier auf ein Backblech legen. Die Teigplatte mit den Fingern noch etwas dünner drücken oder mit dem Nudelholz dünner ausrollen.

3. Die saure Sahne mit den Zwiebeln verrühren. Die Zwiebelmischung gleichmäßig auf dem Teig verstreichen. Den Fladen im Ofen (Mitte) in ca. 15 Min. goldbraun backen. In Stücke schneiden und sofort servieren. Dazu schmeckt Blattsalat.