

Rezept

Schneller Zwiebelkuchen

Ein Rezept von Schneller Zwiebelkuchen, am 15.12.2025

Zutaten

3	Gemüsezwiebeln	2 EL	Öl
100 g	rohe Schinkenwürfel (Kühlregal)	200 g	Schmant
	Salz		Pfeffer
1 TL	Aceto balsamico	150 g	Magerquark
6 EL	Öl	1	Ei
	½ TL Salz	300 g	Mehl
2 TL	Backpulver		Fett für das Blech

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Backblech (6 Stück) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 445 kcal

Zubereitung

1. Für den Belag die Zwiebeln schälen, halbieren und in Scheiben schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln mit den Schinkenwürfeln in die Pfanne geben. Kurz bei großer Hitze anbraten, dann das Gemüse zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. gar dünsten.
2. Inzwischen für den Quarkölteig Quark, Öl, Ei und Salz mit den Knethaken des Handrührgerät verrühren. Das Mehl mit dem Backpulver mischen und dazugeben. Das Ganze zunächst auf kleiner, dann kurz auf hoher Stufe zu einem glatten Teig verketten. Den Backofen auf 200° vorheizen. Ein Backblech fetten. Den Teig mit dem Teigroller auf dem Blech ausrollen.
3. Den Schmant in die Pfanne zu den Zwiebeln geben. Mit Salz, Pfeffer und Aceto balsamico abschmecken. Den Belag auf dem Teig verteilen und den Zwiebelkuchen im Ofen (Mitte, Umluft 180°) ca. 20 Min. backen.