Rezept

Südfranzösischer Zwiebelkuchen Pissaladière

Ein Rezept von Südfranzösischer Zwiebelkuchen Pissaladière, am 12.10.2024

Zutaten

Für den Teig

- **250 g** Dinkelmehl (Type 630)
- **400 g** Magerquark
- Pfeffer
- **10 g** Backpulver
- Salz

Für den Belag

- **1 kg** Zwiebeln
- **3 EL** Olivenöl
- **8** Sardellenfilets (in Olivenöl)
- **3** Knoblauchzehen
- Pfeffer
- **10** kleine schwarze Oliven (entsteint)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Kuchen (8 Stücke) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 230 kcal, 6 g F, 13 g EW, 30 g KH

Zubereitung

1. Für den Teig Mehl und Backpulver in einer Schüssel mischen. Quark und je 1 Prise Salz sowie Pfeffer hinzufügen und alle Zutaten zunächst mit den Knethaken des Handrührgeräts und dann so lange mit den Händen verkneten, bis eine weiche Teigkugel entstanden ist. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und mindestens 2 Std. im Kühlschrank ruhen lassen.

2. Für den Belag die Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Das Olivenöl in einem weiten Topf erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer bis großer Hitze ca. 5 Min. anbraten. Dann die Hitze reduzieren, den Knoblauch hinzufügen und alles offen weitere 20 Minuten sanft garen.

3. Inzwischen den Backofen auf 200° vorheizen. Ein Backblech (40 × 30 cm) mit Backpapier auslegen. Den Teig darauf mit wenig Mehl ausrollen, dabei einen kleinen Rand bilden. Die Zwiebelmischung mit Pfeffer würzen und auf dem Teig verteilen. Sardellen und Oliven darauflegen.

4. Die Pissaladière im Ofen (Mitte) ca. 25 Min. backen. Die Pissaladière aus dem Ofen nehmen und in der Form ca. 10 Min. abkühlen lassen. Dann aus der Form lösen.