Elsässer Flammkuchen „klassisch“

www.fitdurchsleben.com

Zutaten für 5 hungrige Personen:

200	g	Mehl
2	EL	Maiskeimöl
125	ml	Wasser
1	Pr.	Backpulver
		Salz
200	g	Sauerrahm oder klassisch mit Crème fraîche
		etwas Wasser
200	g	Zwiebel
100	g	Speck

Herstellung:

1. Aus Mehl, Öl, Wasser, Backpulver und Salz einen Knetteig herstellen und 20 Minuten in einer Klarsichtfolie rasten lassen. Er darf sich nicht klebrig anfühlen.
2. Zwiebeln in dünne Scheiben schneiden, Speck ebenfalls in dünne, schmale Streifen schneiden.
3. Teig sehr dünn ausrollen, und auf ein Backblech mit Backpapier geben.
4. Mit Sauerrahm (mit etwas Wasser vermengt) bestreichen.
5. Zwiebeln und Speck darauf verteilen.
6. Im vorgeheizten Backofen bei 190° C ca. 10 Minuten backen bis der Boden knusprig ist.