

Tipps  
& Hinweise  
siehe  
Rückseite

# SAUERTEIG FLAMMKUCHEN VOM GRILL

mit **BÖCKER Le Chef Bio**

## Für den Teig:

70 g **BÖCKER Le Chef Bio**  
280 g Weizenmehl (Type 550)  
4 EL Olivenöl  
1/2 TL Salz  
175 ml Wasser

## Für den Belag:

400 g Schmand  
150 g Schinkenwürfel  
2 Rote Zwiebel  
300 g Käse, gerieben  
Bunter Pfeffer



einfach



Gesamtzeit: ca. 60 Min.

+

Backzeit: ca. 20 Min.

## ZUBEREITUNG FÜR 4 PORTIONEN

1. Den Pizzastein in den Kohlegrill legen, Grill anmachen und auf 250 – 300 °C aufheizen.
2. Für den Teig, den **BÖCKER Le Chef Bio** durch ein Sieb streichen. Die restlichen Zutaten zugeben und in einem Mixtopf mit dem Teigknetprogramm 4 Minuten, mit dem Handmixer oder einer Küchenmaschine in ca. 10 Minuten, zu einem glatten Teig kneten. Dieser ist fertig, wenn er sich vom Schüsselrand löst.
3. Anschließend den Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt 10 Minuten ruhen lassen.
4. In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen und in dünne Streifen schneiden.
5. Nach der Ruhezeit den Teig in vier gleich große Stücke teilen, zu Kugeln formen und erneut 10 Minuten ruhen lassen.
6. Im nächsten Schritt, die Teigkugeln mit einem Rollholz auf ca. 1 mm dünn ausrollen und mit 2 EL Schmand bestreichen.
7. Die Schinkenwürfel, die Zwiebel und den geriebenen Käse auf dem Flammkuchen verteilen.
8. Den belegten Flammkuchen auf den heißen Pizzastein legen und für ca. 5 Minuten backen, bis der Boden knusprig ist.
9. Den fertigen Flammkuchen mit dem frisch gemahlene bunten Pfeffer garnieren und noch heiß genießen.

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!

# TIPPS & HINWEISE

für herzhafte Rezepte

- **BÖCKER Reinzucht-Sauerteig Bio und BÖCKER Le Chef Bio sind einfach und schnell in der Verwendung und vor allem gelingsicher!**

Einzigartig ist, dass die Starterprodukte entweder DIREKT in den Brotteig gegeben oder zum Ansetzen des eigenen Sauerteigs verwendet werden können. Für leckeres Brot von bester Qualität, denn unsere Produkte enthalten die richtige Menge der notwendigen Milchsäurebakterien. Die Starterprodukte können auf einfache und zuverlässige Weise bei vielen Backwaren die Backhefe ersetzen, denn der Sauerteig sorgt für ausreichend Lockerung im Brotteig. Backen Sie dafür nach unseren speziellen BACKEN OHNE HEFE – Rezepten.

- **Besonderheiten bei der Verwendung von Roggenmehl**

Roggenbrote erreichen im Vergleich zu Weizenbrot ein kleineres Volumen und eine feinere Porung. Sie haben keine Kleberstruktur wie Weizenteige, sind nicht so elastisch und gehen daher nicht so stark auf. Roggen nimmt Flüssigkeit sehr schnell auf und ist in der Verarbeitung eher klebrig. Für Mischbrote mit Roggen gilt: je höher der Roggenanteil, desto kürzer die Knetzeit.

- **Backen mit Saaten und Körnern**

Wenn den Backrezepten Körner und Saaten zugefügt werden, Flüssigkeitsmenge erhöhen. Die Saaten und Körner können für mehr Geschmack, vor der Zugabe in den Teig, geröstet werden.

- **Formen des Teiglings – Lang- oder Rundwirken**

Das Wirken ist bei fast allen Broten eine wichtige Grundlage und der erste Schritt, dem Teig seine Form zu geben. Dafür den Teig mit dem Handballen mehrfach von außen nach innen eingeschlagen, bis eine Kugel mit straffer Oberfläche entsteht. Auf der anderen Seite entsteht eine Faltkante, der sogenannte Teigschluss. Dieser ist beim Backen in der Regel unten.

- **Einschneiden des Teiglings**

Zum Einschneiden ein scharfes Messer verwenden und schnell durch den Teig ziehen, damit dieser nicht so stark am Messer klebt.

- **Knusprige Kruste**

Ideal ist ein Backofen mit Dampffunktion. Möchte man den Dampf selbst erzeugen, eine hitzebeständige Schale auf dem Boden des Backofens mit vorheizen. Wenn der Teigling in den Ofen gegeben wird, etwas Wasser in die Schale geben (Vorsicht Verbrennungsgefahr!). Nach ca. 10 Min. Backofentür öffnen, damit der Dampf entweicht, Temperatur reduzieren. Beim Backen im Gusseisentopf, diesen im Backofen mit geschlossenem Deckel vorheizen. Teigling vorsichtig in den Topf stürzen, etwa 2/3 mit geschlossenem Topf backen und das letzte Drittel ohne Deckel, mit reduzierter Temperatur zu Ende backen.

- **Prüfen, ob das Brot fertig ist**

Als Test, ob das Brot fertig ist, einfach mit dem Fingerknöchel auf den Brotboden klopfen. Wenn es hohl klingt, ist das Brot fertig. Aber bitte Vorsicht: Verbrennungsgefahr.