

Bunter Gemüse-Flammkuchen

Kurzbeschreibung

Ein herzhafter Flammkuchen belegt mit frischem, bunten Gemüse und cremigem Schmand-Ajvar-Belag.

Kategorien

Hauptspeise, Backen, Gemüse, Vegetarisch

Personenanzahl

ca. 2 Personen

Schwierigkeitsgrad

Einfach

Zeitangaben

Vorbereitungszeit: ca. 20 Minuten

Koch-/Backzeit: ca. 8 Minuten

Gesamtzeit: ca. 28 Minuten

Zutaten

- 1 Becher Schmand
- 4 TL Ajvar
- 1 Knoblauchzehe, fein gerieben
- 2 Pck. Flammkuchenteig, ca. 30 cm Durchmesser, Kühltheke oder selbst gemacht
- 50 g Paprikaschote, gelbe, klein gewürfelt
- 50 g Paprikaschote, rote, klein gewürfelt
- 1 kleine Zucchini, in dünne Scheiben geschnitten
- 1 Handvoll Champignons, in dünne Scheiben geschnitten
- 1 Zwiebel, rote, in Ringe gehobelt
- 100 g Emmentaler, gerieben
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Schmand mit Ajvar und geriebenem Knoblauch verrühren. Abschmecken, ggf. etwas Salz und Pfeffer zugeben.
3. Die Schmand-Ajvar-Knoblauch-Mischung auf den Flammkuchenböden verteilen.
4. Die Böden mit Zucchini- und Champignonscheiben und den Paprikawürfeln belegen, darauf die Zwiebelringe geben.
5. Am Schluss sparsam salzen und mit wenig geriebenem Käse bestreuen.
6. Im heißen Backofen ca. 8 Minuten (oder länger, je nach gewähltem Boden) backen.

Optional

- Das Gemüse kann je nach Saison und Geschmack variiert werden (z.B. Aubergine, Kirschtomaten, Lauch).
- Anderer geriebener Käse verwenden (z.B. Gouda, Mozzarella).
- Als Variation kann etwas frische Kräuter (z.B. Oregano, Thymian) vor dem Backen auf den Flammkuchen gegeben werden.