

SÜßER FLAMMKUCHEN MIT APFEL UND ZIMT

SÜßER FLAMMKUCHEN MIT APFEL UND ZIMT

Ich erinnere mich an eine Zeit, es ist so in etwa 15 oder 16 Jahre her und ich war so in etwa 15 oder 16 Jahre alt, da mochte ich keine Zwiebeln. Nicht grundsätzlich, aber nicht roh und auf keinen Fall im Essen sichtbar. Als ich dann für 2 Wochen im Schwarzwald Urlaub gemacht habe musste ich schnell feststellen, dass auf so ziemlich jedem Flammkuchen Zwiebeln waren. Außer auf dem mit Apfel und Zimt. Und das war dann meiner! In diesem Sinne rette ich diesmal mit der Rettungstruppe nicht einfach „nur“ Quiches, Flammkuchen & Co., sondern auch eine alte Erinnerung.

Aber kommen wir zum Punkt - heute hat sich die Rettungstruppe wieder zusammengefunden um den Kampf gegen das Vergessen und die Fertigprodukte anzutreten. Denn ganz ehrlich, einen Flammkuchenteig kann man so einfach selbst machen und danach habt ihr die Möglichkeit alles drauf zu legen wonach euch der Sinn steht. Süß, herzhaft, klassisch oder ausgefallen? Ist doch egal, Hauptsache es schmeckt euch!



Zutaten für 4 Flammkuchen / 4 Personen:

375g Weizenmehl, Typ 550

140g Roggenmehl, Typ 1150 (im Original 125g)

20g frische Hefe

1/2 EL Zucker, im Original 1/2 TL

2 EL neutrales Pflanzenöl, z.B. Rapsöl

1 TL Salz

300ml Wasser (2x 150ml)

Für den Belag:

200g Schmand

200g Creme fraîche

3 Äpfel

4 EL Zucker

2 TL Zimt

Zubereitung:

Am Anfang steht der Teig – Hefe, Zucker und 150ml Wasser zusammen verrühren und 15 Minuten stehen lassen bis sich darauf leichter Schaum bildet. Danach das Hefewasser mit allen restlichen Zutaten verkneten. Erst mit der Maschine, dann von Hand auf der bemehlten Arbeitsplatte bis ein elastischer Teig entsteht. 45 Minuten gehen lassen bis der Teig sein Volumen verdoppelt hat und ihn dann in vier Teile schneiden. Jedes Teigstück so dünn wie möglich ausrollen und freihand, auf ein Blech gezogen oder an den Kanten glatt gefaltet auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Den auf 180°C vorheizen.

Schmand und Creme fraîche zu einer glatten Creme rühren und auf die Flammkuchen streichen. Die Äpfel vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Äpfel von Hand oder mit der Küchenmaschine dünn aufschneiden.

Die Apfelscheiben auf den Flammkuchen auslegen. Zucker und Zimt in einer kleinen Schüssel vermischen und über die Flammkuchen streuseln.



Die Flammkuchen für 12-15 Minuten ganz unten in den Backofen schieben. Ab und an per Sichtkontrolle den Bräunungsgrad prüfen.



Jeden Flammkuchen in 6 Stücke aufschneiden und sofort heiß servieren.

Super lecker!



Und hier könnt ihr sehen was die anderen Mitstreiter der Rettungstruppe gezaubert haben:



Fliederbaum – <http://fliederbaum.blogspot.co.at/2015/10/wir-retten-was-zu-retten-ist-tarte-mit.html>

Aus meinem Kochtopf – Fränkischer Zwiebelkuchen mit Speck (Quark-Öl-Teig)
<http://aus-meinem-kochtopf.de/fraenkischer-zwiebelkuchen-mit-speck-quark-oel-teig>

Prostmahlzeit – Flammkuchen mit Steinpilzen und Schinken – <http://turbohausfrau.blogspot.com/2015/10/rettungsaktion-flammkuchen-mit.html>

giftigeblonde – Flammkuchen mit geräuchertem Meersalz und Tarte mit Ziegenkäse – <https://giftigeblonde.wordpress.com/2015/10/23/wirrettenwaszurettenist-tarte-mit-ziegenkaese-und-flammkuchen-mit-geraeuchertem-meersalz/>

magentratzerl – Schwäbischer Salzkuchen mit Tomaten und Basilikum <http://wp.me/p2EjQ9-2GB>

Cuisine Violette – Flammkuchen mit Pfifferlingen <http://cuisine-violette.com/2015/10/-flammkuchen-mit-pfifferlingen-wir-retten-was-zu-retten-ist/>

Obers trifft Sahne – Pizza mit Kürbis+Schafskäse und Flammkuchen mit Camembert+Trauben
<http://www.oberstrifftsahne.com/2015/10/pizza-und-flammkuchen-werden-gerettet.html>

Feinschmeckerle – Flammkuchen ohne Hefe mit Ziegenkäse und Birne <http://feinschmeckerle.de/2015/10/12/flammkuchen-ziegenkaese-birne>

lieberlecker – Käseküchlein <https://lieberlecker.wordpress.com/2015/10/23/-kaesekuechlein-wir-retten-was-zu-retten-ist/>

German Abendbrot – Pizza Basisrezept und ein Tipp für Pizza in Rom <https://germanabendbrot.wordpress.com/2015/10/23/friday-night-dinner-date-wir-retten-die-pizza-und-ein-tipp-fuer-pizza-in-rom>

Küchenliebelei – Klassischer Zwiebelkuchen <http://kuechenliebelei.blogspot.com/2015/10/-gerettet-klassischer-zwiebelkuchen.html>

Rike von Genial Lecker Flammkuchen mit Spinat <http://www.genial-lecker.de/archiv/2015/10/>

[rezept_flammkuchen_mit_spinat.html](#)

Sweet Pie - Zwiebelkuchen <http://sweetpie.de/2015/10/zwiebelkuchen/>

Jankes*Soulfood - Rotkohl-Quiche <http://jankessoulfood.blogspot.com/2015/10/-wir-retten-was-zu-retten-ist-quiche.html>

thecookingknitter - Rettungsaktion für eine Quiche mit Ziegenfrischkäse <http://www.thecookingknitter.com/rettungsaktion-quiche-ziegenfrischkaese>

Paprika meets Kardamom - Schnelle, einfache Flammkuchen - <http://wp.me/pj1Jn-1xl>

auchwas - Quiche Apfel-Handkäse-Zwiebel <http://auchwas.blogspot.de/2015/10/-wirrettenwaszurettenist-heute-eine.html>

Rohstoffverarbeitender Betrieb - Tarte a l'orange: <http://www.rohstoffverarbeitender-betrieb.de/archives/210-Zugeschaut-und-dann-selber-die-Backform-geschwungen-Tarte-a-lorange-dank-fremder-Inspiration-und-eigener-Interpretation-zum-Fressen-gern.html>

kebo homing - Flammkuchen mit Champignons, Gorgonzola und noch viel mehr... http://kebohoming.blogspot.com/2015/10/wir-retten-Flammkuchen_23.html

Das Mädels vom Land - <http://dasmaedelvomland.blogspot.com/2015/10/herbstfarben.html>

Anna Antonia - Zwiebelkuchen - <https://annaantonia1.wordpress.com/?p=664>

lecker macht laune - Mini-Quiches mit Hokkaido - <http://www.leckermachtlaune.de/2015/10/22/-mini-quiches-mit-hokkaido/>

1x umrühren bitte aka kochtopf - Herbst-Fladä - <http://www.kochtopf.me/-herbst-fladae-wirrettenwaszurettenist>

widmatt- aus meiner Schweizer Küche - Käsekuchen auf Quarkblättereig: <http://www.widmatt.ch/kaesekuchen-mit-tomate-und-quark-blaetterteig-wir-retten-was-zu-retten-ist>

our food creations - <http://ourfoodcreations.blogspot.de/2015/10/wir-retten-was-zu-retten-ist-tartes.html>