

# Trivialer Flammkuchen

15. Februar 2006

## Zutaten:

- Teig :
  - 250g Weizenvollkornmehl
  - 1/2 Tasse Wasser
  - 1/2 TL Zucker
  - 1/2 Würfel Hefe
  - 1 TL Salz
  - 1-2 EL Olivenöl
- Belag:
  - 1 Becher Creme Fraiche ( 200-250g )
  - 2 mittelgroße Zwiebeln
  - Schinkenwürfel, etwa genausoviel wie Zwiebeln
  - Salz
  - Pfeffer
  - Oregano
  - Paprika edelsüß

**Zubereitung:** Hefe in warmem Zuckerwasser auflösen, ein wenig stehen lassen, dann zu dem mit Salz und Olivenöl vermischten Mehl dazugeben. Durchkneten, abdecken und stehen lassen bis der Teig ca. doppelte Größe hat. Dann ausrollen und belegen. Dann den Teig nochmal ca. 15 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

30 Min bei 160°C backen ( WG-Ofen 125°C )