



S

regional.
bio.echt.

Pulled Pork Flammkuchen

Familiessen, Partyfood,
Dinner for two - alles fein!

PERSONEN: 6

ZUBEREITUNG: 40 MIN

KOCHDAUER: 8 MIN

ZUTATEN

Teig:

500 g glattes Mehl
40 ml Öl
0,2 l Wasser
Salz

Sauerrahm Basis:

500 ml Sauerrahm
Salz
Peffer
Muskatnuss

pro Flammkuchen

80 g Pulled Pork

ANLEITUNG

1. Für den Teig alle Zutaten miteinander vermengen und zu einem glatten, geschmeidigen Teig verarbeiten
2. In 130 g schwere Stücke aufteilen
3. Sehr dünn zu einem Kreis ausrollen und auf ein Backpapier legen

Reihenfolge ist immer gleich

1. Sauerrahm Basis
2. Gemüse
3. Pulled Pork
4. ev Käse
5. Ruccola erst NACH dem Backen auflegen
6. Backrohr - gib alles was du hast! 230 ° sind optimal - dafür nur ca 6-7 min für einen super crunchy Teig

Tipp

- Flammkuchen stets sehr dünn belegen
- Sofort verschmaust sind sie am Besten!



Flammbert

dünn geschnittene
Zwiebel
Cherrytomaten
Pulled Pork
Ruccola

- Zwiebel mit Sauerrambasis vermengen
- auf dem Teig verteilen
- Cherrytomaten und PuPo verteilen
- Ruccola erst nach dem backen auf den Flammkuchen geben

Italiano

Zucchini, Auberginen,
Paprika
Knoblauch
Olivenöl
Thymian
Mozzarella
Pulled Pork

- Gemüse klein schneiden und mit Knoblauch, Olivenöl, Thymian und Salz marinieren
- Auf den Teig mit Sauerrahmbasis verteilen
- Pulled Pork und Mozzarella in Scheiben geschnitten auf den Flammkuchen geben



Popeye

Blattspinat
Knoblauch
Feta
Pulled Pork

- Spinat (tiefgekühlt oder frisch) mit etwas Olivenöl, Salz und gepresstem Knoblauch vermengen
- Auf den Teig mit Sauerrahmbasis verteilen
- Pulled Pork und zerkrümelten Fetakäse darauf legen





Orient

Paprika, Auberginen,
Zucchini
Oliven
Kichererbsen
Currygewürz,
Kreuzkümmel

- Gemüse klein schneiden
- Kichererbsen abtropfen lassen und mit dem Gemüse mit Currygewürz, Kreuzkümmel und Knoblauch marinieren
- auf dem Teig verteilen
- Pulled Pork und Oliven darauf geben

Blaukraut

Blaukraut
Honig
Kümmel
saurer Käse
Pulled Pork

- Kraut in feine Streifen schneiden
- mit Honig, Salz und Kümmel marinieren und 5 min ziehen lassen
- Kraut mit Sauerram Basis vermengen mit Pulled Pork und saurem Käse und auf den Flammkuchen verteilen



Champignon

Champignons
Mais
Erbsen
Pulled Pork
Mozzarella

- Champignons fein schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen
- mit den Erbsen, dem Pulled Pork und dem Mozzarella auf die Flammkuchen verteilen