

FLAMMKUCHEN MIT KARAMELLISIERTEN ZWIEBELN

- 1 Zwiebel häuten und in dünne Streifen schneiden.
- 2 Butter in einer Pfanne zum Schmelzen bringen und die Zwiebeln mit etwas Salz bei niedriger Hitze in der Pfanne schmoren (nicht braten!).
- 3 Zucker hinzugeben und die Zwiebeln weiterschmoren, bis sie karamellisieren. Herdplatte ausstellen.
- 4 Mehl und Wasser in einer großen Schüssel zu einem Teig vermengen, Teig kräftig durchkneten.
- 5 Zwiebeln zum Teig hinzugeben, miteinander vermengen und in eine große (28 cm) oder zwei kleine Pfannen geben.
- 6 Deckel auf die Pfanne geben, Teig bei höchster Hitzestufe für ca. 3 Minuten backen.
- 7 Herd ausstellen, Pfannendeckel entfernen, Flammkuchen vorsichtig wenden.
- 8 Gebackene Seite mit saurer Sahne bestreichen, mit Käse, Salz und Pfeffer bestreuen.
- 9 Pfanne wieder mit Deckel schließen und den Flammkuchen für ca. 15 Minuten auf kleinster Stufe durchbacken. Währenddessen die Petersilie kleinhacken. Zwischendurch (nach ca. 10 Minuten) prüfen, dass der Boden des Flammkuchens nicht anbrennt.
- 10 Flammkuchen aus der Pfanne holen, mit der Petersilie bestreuen und schmecken lassen!