

Mittelalterlicher Rahmfladen

Schwierigkeitsgrad: leicht, Gesamtdauer: ca. 100 Min.

Zutaten für den Teig:

- 25g Hefewürfel
- 200g Dinkelmehl (Type 630)
- 320g Weizenmehl (Type 405)
- 1 TL Salz
- 20ml Olivenöl
- 260ml lauwarmes Wasser

Zutaten für den Belag:

- 1 Zwiebel
- 200g Schmand
- 125g Schinkenwürfel (für alle nicht-Vegetarier)
- 180g geriebener Käse
- Gemüse wie Paprika, Champignons, Mais oder Tomaten nach Belieben

Zubereitung:

1. Die Hefe mit dem lauwarmen Wasser und 2 EL Weizenmehl in einer kleinen Schüssel zu einem glatten Teig verrühren und stehen lassen, bis er kleine Bläschen schlägt.
2. Alle restlichen Teigzutaten zu einer glatten Masse kneten. Anschließend den Hefeteig einfach in die Mehlmischung fließen lassen und den Teig mit den Händen schlagen. Sobald er nicht mehr an den Händen klebt, ist er fertig. Alternativ kann man den Teig auch mit dem Knethaken einer Küchenmaschine herstellen.
3. Die Teigmasse bedeckt für 60 Minuten gehen lassen
4. Für den Belag die Zwiebeln und das Gemüse in dünne Scheiben schneiden und zusammen mit den Schinkenwürfeln und dem Schmand verrühren
5. Nach der Aufgehzeit des Hefeteigs auf dem Backblech kleine (!) Fladen formen und mit etwas Belag bestreichen. Am Ende den Käse darüber streuen.

Wichtiger Hinweis: Je kleiner und dünner die Fladen und der aufgetragene Belag sind, desto höher die Chance, dass der Teig durchbacken kann. Lieber viele kleine Fladen statt wenigen großen, denn diese brauchen eine längere Backzeit bei höherer Temperatur.

6. Die Fladen ca. 20-25 Minuten bei 200°C Ober-/Unterhitze im vorgeheizten Backofen backen