

Gemüse - Blechkuchen - mit Sultaninen

Kategorien: Gemüse, Kuchen, Küche, Vorspeise, Pikant

Zutaten für: 1 Rezept

50	Gramm	Sultaninen
250	Gramm	Mehl
		Salz
1/2	Würfel	Hefe
1/2	Teel.	Zucker
50	Gramm	Geschmolzenes Schweineschmal
1	kg	Mangold (2 Stauden)
2		Zwiebeln
1	groß.	Rote Paprikaschote
5	Essl.	Olivenöl und Öl für das Blech
		Pfeffer aus der Mühle
2	Essl.	Pinienkerne

Anleitung:

Am späten Morgen duftet es auf Mallorca aus den traditionellen Bäckereien Palmas nach Coca, frischgebackenem Gemüsekuchen. Er wird als Imbiss verzehrt. Sultaninen in warmem Wasser einweichen. Das Mehl mit 1 TL Salz in eine Schüssel sieben, eine Mulde eindrücken. Die Hefe mit Zucker in 100 ml warmem Wasser verquirlen, in die Mulde giessen und mit etwas Mehl verrühren. Abgekühltes Schmalz zugießen. Alles zu einem elastischen Teig kneten und zugedeckt 30 Minuten gehen lassen. Mangold putzen und waschen. Die Blätter abtrennen und in Streifen schneiden. Die Stiele wie beim Rhabarber abziehen und in schmale Stücke schneiden. Zwiebeln in Scheiben, entkernte Paprikaschote in Quadrate schneiden. In einer Pfanne 2 EL Öl mittelstark erhitzen. Zwiebeln und Mangoldstiele glasig dünsten. Mangoldblätter untermischen und so lange braten, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Das Gemüse dann mit Salz und Pfeffer würzen. Den Backofen auf 225 Grad vorheizen. Das Blech fetten. Den Teig noch mal kneten, ausrollen und auf das Blech legen. Mit Mangold belegen, darauf die Paprikastücke verteilen. Sultaninen abtropfen lassen und mit den Pinienkernen auf den Kuchen streuen.

Restliches Öl überträufeln und den Kuchen in der Ofenmitte 20 Minuten backen. Er schmeckt warm und kalt.