

Zwiebel - Kuchen 1 Vollw.

Kategorien: Kuchen, Vollwertküche, Gemüse

Zutaten für: 1 Rezept

FÜR DEN BODEN

200	Gramm	Weizenmehl (Type 405)
1/2	Würfel	Hefe (frisch)
1/2	Teel.	Zucker
1/8	Ltr.	Vollmilch
75	Gramm	Blütenzarte Köllnflocken
80	Gramm	Butter
1		Ei (Gew.-Kl. M)
1/2	Teel.	Jodsalz

FÜR DEN BELAG

500	Gramm	Zwiebeln
25	Gramm	Butter
150	Gramm	Schinkenspeck
2		Eier (Gew.-Kl. M)
1/8	Ltr.	Saure Sahne
		Jodsalz, Paprika, Pfeffer
30	Gramm	Blütenzarte Köllnflocken

Anleitung:

Mehl in eine Schüssel sieben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Hefe hineinbröckeln, Zucker darüberstreuen, mit lauwarmer Milch übergießen und vorsichtig mit etwas Mehl verrühren. Mit Blütenzarten Köllnflocken abdecken und die Butterflöckchen, das Ei und Salz am Schüsselrand verteilen. Zugedeckt an einem warmen Platz 30 Minuten gehen lassen.

In der Zwischenzeit Zwiebeln schälen und in dicke Ringe schneiden. In Butter glasig dünsten. Schinkenspeck würfeln, hinzufügen und abkühlen lassen. Eier mit Saurer Sahne und den Gewürzen verquirlen und Blütenzarte Köllnflocken sowie die Speck-Zwiebelmasse unterrühren.

Hefeteig noch einmal durchkneten und eine gebutterte Springform ca. 1/2cm dick damit auskleiden. Belag darauf verteilen und den Teig erneut 30 Minuten gehen lassen.

Im vorgeheizten Backofen zunächst 20 Minuten bei 200 °C und weitere 5 bis 10 Minuten bei 240 °C backen. Noch warm servieren. Ergibt ca. 12 Stücke.