



Rezepte > Mittagessen

Flammkuchen mit Prosciutto-Schinken

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Salz

Lauch 2 St.

Erbsen, tiefgefroren 400 g

saure Sahne 300 g

Blätterteig 2 St.

Olivenöl 2 EL

Prosciutto cotto 300 g

Pfeffer, schwarz

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, Backblech mit Backpapier

1. Ofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einem Topf ca. 2 l Salzwasser zugedeckt aufkochen. Lauch längs halbieren, Wurzelansatz entfernen, in dünne Ringe scheiden und in einem Sieb gründlich waschen.
2. Lauch und Erbsen im kochenden Salzwasser ca. 2–3 Min. garen. Danach in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.
3. Inzwischen in einer Schüssel saure Sahne mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Blätterteige samt Backpapier auf zwei Backbleche abrollen und bis knapp an den Rand mit der sauren Sahne bestreichen.
4. In einer Schüssel das Gemüse mit 1 EL Olivenöl vermischen. Prosciutto cotto und Gemüse auf den Blätterteigen verteilen und im Ofen auf der untersten Schiene oder dem Ofenboden ca. 15 Min. nacheinander goldbraun backen. Flammkuchen aus dem Ofen nehmen und mit 1 EL Olivenöl beträufeln. Nach Belieben mit etwas Salz und Pfeffer nachwürzen. Flammkuchen mit Prosciutto cotto in Stücke schneiden und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	936 kcal
Kohlenhydrate	81 g
Eiweiß	30 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	53 g