Fränkischer Zwiebel Lauch Kuchen

Zutaten für den Teig
150g Weizenmehl Typ 550
150g Dinkelmehl Typ 630
10 - 15g frische Hefe
165g lauwarme Milch
7g Salz, ½ TL Zucker

Zutaten für den Belag
700g (6 Stück) Zwiebeln, in feine Ringe gehobelt
1 Stange (ca. 400g) Lauch, in feine Ringe geschnitten
25g Rapsöl zum Dünsten
1 Becher (200g) saure Sahne
100g Schmand
5 Eier
150g Emmentaler oder anderen Käse, gerieben
Salz, Pfeffer, 1 TL Majoran getrocknet, etwas Muskat, etwas Kümmel gemahlen.

So funktioniert es!
Die Hefe und Zucker in der warmen Milch lösen
Alle Zutaten für den Teig in die Rührschüssel geben, die Hefe - Milch dazu geben und mit der Küchenmaschine einen eher festen Hefeteig kneten.
Den Teig ruhen lassen, bis er sich verdoppelt hat. Siehe mein Tipp!

So geht es weiter!
Lauch und Zwiebeln in Rapsöl dünsten.
Mit den Gewürzen und Kräuter würzen.
Sahne, Schmand und die Eier in einer Schüssel verquirlen, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.
Den geriebenen Käse unter die Ei – Sahne - Mischung heben.

Ausrollen und backen!
Den Teig im Ofenzauberer ausrollen und am Rand 2,5 – 3 cm hochziehen.
Die gedünsteten Zwiebeln und Lauch, gleichmäßig, auf dem Teig verteilen.
Sahne - Mischung dazu geben und den Käse auch auf der gesamten Fläche über die Lauch - Zwiebel Schicht verteilen.
Im vorgeheizten Backofen bei 180 – 190C für 35 – 40 Minuten O/U backen.
Den Zwiebel - Lauch Kuchen nach dem Backen, 5 Minuten auf dem Kuchengitter nach backen lassen.

Mein Tipp:
Den Teig mit weniger Hefe (5 -10g) über mehrere Stunden oder gar über Nacht gehen lassen.
Beim Ausrollen darauf achten, dass der Teig, am Rand, mindestens 2,5 - 3cm hochgezogen ist.
Die Mengen an Zwiebel und Lauch dürfen auch 50/50 sein.

Guten Appetit!

www.witt-pc.de

Peter Witt selbstständiger Direktor bei Pampered Chef Flurweg 7, 86871 Rammingen Tel. 0171 46 58 481