



Fenchel-Flammkuchen

mit Ziegenkäse & Blaubeerchutney



Zutaten für 2 Personen:

Chutney

500 g Blaubeeren
2 EL Butter
1 Schalotte
2 EL Balsamico Essig
2 EL brauner Zucker
2 Limetten
n.B. 1 Lorbeerblatt
einige Thymianzweige

Für das Chutney die Schalotte schälen, fein würfeln und in 2 EL Butter in einer tiefen Pfanne dünsten. Den Zucker hinzugeben, leicht karamellisieren lassen und mit dem Essig ablöschen. Danach die Blaubeeren und das Lorbeerblatt, einige Thymianblätter, oder zum Beispiel ein Kefir Limettenblatt hinzugeben. Gut umrühren und 10 Minuten köcheln lassen. Zuletzt mit Pfeffer und dem Saft zweier Limetten abschmecken.

Flammkuchen

200 g Mehl
100 ml Wasser
2 EL Öl
Salz
(glutenfrei: 130 g Reismehl
70 g Tapiokastärke
1 TL Flohsamenschalen)
200 ml lauwarmes Wasser
3 EL Olivenöl
1 TL Salz

Für den Teig alle Zutaten verkneten und dünn ausrollen. Mit Ricotta bestreichen, gewaschenem und in Streifen geschnittenem Fenchel und Ziegenkäse belegen, dann im vorgeheizten Ofen bei 200 °C Ober-/ Unterhitze 20 Minuten backen. Chutney und Thymianblättchen auf dem Flammkuchen verteilen und genießen.

Belag

70 g Ziegenkäse
1 Bd. Thymian
1 Fenchel
4 EL Ricotta