

Zwiebelkuchen (vegetarisch)

Alle Mengenangaben beziehen sich auf ein normales Ofenblech und sind als „ca“-Angaben zu verstehen, das geht alles nach Gefühl. So richtig was falsch machen kann man da sowieso nicht ...



Teig (Hefeteig):

Zutaten: ca. 500g Mehl, 1 Päckchen Hefe (oder Trockenhefe), ca. 3/8 Liter Wasser, 3 Esslöffel Olivenöl (statt Butter / Margarine), etwas Salz, etwas Pfeffer, kein Zucker !

Zubereitung: das Wasser lauwarm erwärmen, das Öl dazu, die Hefe hineinkrümeln (bei Trockenhefe unter das Mehl mischen!), das Ganze richtig durchquirlen (Schneebeesen), mit dem Mehl verrühren und kräftig durchkneten (ca. 5 Minuten lang), etwa 1 Stunde warm stehen lassen, erneut durchkneten, ausrollen und aufs Backblech, dort nochmal etwa 30 Minuten gehen lassen

Belag:

1 (kleines) Netz Zwiebeln, schneiden, andünsten

Die „Pampe“ dazu: 250g Creme fraiche Kräuter, 200g Creme fraiche normal, 3 Eier, Petersilie (frisch oder 1 Päckchen tiefgefroren), etwas Dill (ca. 1/3 Päckchen tiefgefroren), viel Salz, viel (süßen) Paprika, Pfeffer, das alles heftig umeinanderherumquirlen.

Zwiebeln auf den Teig, die „Pampe“ darüber verteilen, und ab in den Ofen

Backen: ca. 25 bis 30 Minuten bei 180°-190° (vorgeheizt) Mittelschiene (bis der Belag oben etwas bräunlich wird)

Gutes Gelingen & guten Appetit !