

# ANDECHSER NATUR



## Flammkuchen mit Bio-Camembert

2 Portionen, 30 Minuten Zubereitungszeit + 30-60 Minuten Ruhezeit

Zutaten:

Teig:

100g Mehl  
200ml lauwarmes Wasser  
1 TL Salz  
1 EL Öl

Belag:

1 Becher ANDECHSER NATUR Bio-Schmand  
1 ANDECHSER NATUR Bio-Camembert  
2 Hände voll Rucola  
1 rote Zwiebel  
Salz, Pfeffer

Teilen

So geht's

## so geht's

1. Für den Teig alle Zutaten zügig zu einem geschmeidigen Teig kneten. Diesen abgedeckt bei Raumtemperatur 30-60 Minuten ruhen lassen.
2. Den Backofen mit Backblech auf höchster Temperatur bei Ober-/Unterhitze vorheizen.
3. Den Teig zu einem dünnen Rechteck ausrollen und auf ein Backpapier legen. Den ANDECHSER NATUR Bio-Schmand darauf verteilen und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Die Zwiebel in dünne Ringe schneiden, den ANDECHSER NATUR Bio-Camembert in Scheiben schneiden. Den Flammkuchen damit belegen und mit Backpapier auf das heiße Blech legen. Etwa 8-10 Minuten backen, bis der Rand anfängt sich leicht zu bräunen.
5. Den frischen Rucola über dem Flammkuchen verteilen und direkt servieren.

## Der ANDECHSER NATUR Bio-Standard

**Was gehört zu einer artgerechten Tierhaltung?**

**Warum ist ein gesunder Boden so wichtig?**

**Wie funktioniert Humusaufbau mit Mikroorganismen?**

**Was ist muttergebundene Kälberaufzucht?**

**Was macht die Ziegenhaltung so besonders?**