



Beate Stach

E-Mail: stach@glutenfrei-lebenswelt.de

Glutenfrei-Lebenswelt bietet Ihnen folgende Rezepte von "A bis Z" zum Nachbacken an:

Zwiebelkuchen (© Stach/Stefka 2005)

Zutaten Teig:

➤ 250 g Kartoffelmehl, 200 g Maisstärke und 100 g Maismehl ➤ 280 g (flüssige) Butter ➤ 2 Eier ➤ Salz ➤

Zutaten Belag:

➤ 400 g Kochschinken ➤ 150 g Bacon ➤ 1 kg Zwiebeln und 750 g Porree (Rohgewicht) ➤ 100 g geriebenen Parmesankäse ➤ je 500 g Schmand 24 % und Creme Fraiche 30 % ➤ 7 Eßl. Maisstärke ➤ 1 Stängel Rosmarin ➤ 5 Eier ➤ Salz ➤ Cayennepfeffer ➤ bunter Pfeffer ➤ Muskat ➤ Senf ➤ Honig ➤ Weißwein ➤

Backtipps:

➤ Zutaten des Teigs zu einem Knetteig verarbeiten und circa 15 min im Kühlschrank ruhen lassen ➤ danach abgedeckt bei 180 Grad (Umluft) 20 min vorbacken und dann noch 10 min unabgedeckt vorbacken ➤

Backtipps:

➤ zwischenzeitlich Kochschinken in Streifen schneiden ➤ Bacon mit Rosmarin in Pfanne vorsichtig anbraten ➤ Zwiebeln und Lauch in Ringe schneiden und in der Mikrowelle mit ein wenig Wasser circa 5 - 6 min bei 900 Watt dünsten ➤ als dann Zwiebeln, Porree, Schinken und Bacon in Schüssel vermischen und auf dem vorgebackenen Teig verteilen ➤ abschließend Schmand, Creme Fraiche, Parmesankäse, Maisstärke sowie Gewürze miteinander vermischen und mit Wein, Senf und Honig abschmecken und auf den Zutaten verstreichen ➤ bei 180 Grad circa 50 min backen

Guten Appetit!