Flammkuchen

Generelle Aussagen

Es kann veganer Hefeteig für Flammkuchen fertig gekauft werden. Das ist die einfachste Methode. Will man den Hefeteig selbst machen, dann kann das Rezept für Pizza verwendet werden. Von den Mengenangaben (pro Person) passen die Angaben. Allerdings muss der Teig deutlich dünner aufgetragen werden, aus einem Blech Pizzateig wird dann 1 1/2 Bleche Flammkuchen.

Dazu wird benötigt:

- 1 Rolle fertiger Flammkuchen-Teig ca. 250 gr
- 1/2 Bund Lauchzwiebeln
- 1/2 Cuisine Creme 200 ml (= 100 ml)
- 1 Pkg Tofu 200 gr

für 8 Leute:

- 6 x 260 gr Flammkuchen-Rollen
- 4 x 200 gr Räuchertofu (oder 5 ?)
- 4 Bund Lauchzwiebeln
- 3 x 200 ml Cuisine Creme
- 2 x 150 gr Streukäse (Remondo Reibegenuss / oder 3 x 120 gr REWE bio)

From:
https://wiki.joonet.de/ - **JooNet DokuWiki**

Permanent link:
https://wiki.joonet.de/doku.php?id=ernaehrung:vega-flammkuchen&rev=1712555727

Last update: **2024/04/08 05:55**