

# Hörnchen nach Flammkuchen Art

*Der Beitrag enthält Werbung für Tupperware.*

Nicht nur formschön, sondern auch richtig lecker kommen die herzhaften Hörnchen daher! In Verbindung mit Salat sind die pikant gefüllten Hörnchen eine gelungene Hauptspeise, aber auch fürs Büfett sind sie der absolute Hingucker! Zum Herstellen der Hörnchen wurde das Produkt "Cornetti" von Tupperware verwendet. Infos zum Produkt gibt's [HIER](#).

Glutenfrei, laktosefrei. Milchfrei, eifrei und fruktosearm  
siehe Tipp am Rezeptende



Für 4 Stück

## Für den Teig:

85g helle glutenfreie Mehlmischung (ich verwende Mix Brot von Schär)

1/4 TL Flohsamenschalenpulver

10g Hefe frisch ODER 1/2 P. Trockenhefe

75ml lauwarmes Wasser (28 – 30 Grad)

1/4 TL Salz

1 Prise Zucker

1/2 EL Öl

## Für die Füllung:

50g Kochschinken

2 Frühlingszwiebel

60g Käse (ggf. laktosefrei), gerieben

80g Schmand (ggf. laktosefrei)

Salz

Pfeffer

1 TL Schnittlauchröllchen

Außerdem:

1 kleines Ei, verquirlt

Sesam zum Bestreuen

1. Den Teig herstellen. Die Hefe, egal ob Trocken- oder Frischhefe, im lauwarmen Wasser auflösen. Alle restlichen Zutaten für den Teig in eine Rührschüssel geben, auch das Hefewasser. Gut verrühren und einen glatten Hefeteig herstellen. Den Teig in der Schüssel belassen, mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken und bei Zimmertemperatur 45 Minuten aufgehen lassen.

2. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben. Teig und Hände bemehlen, die Luftbläschen aus dem Teig drücken, dann mit einer Teigrolle etwa 3mm dünn ausrollen. Den Teig mit dem Teigrad in Streifen schneiden. Die Formen dünn mit Öl bescpinseln. Teigstreifen um die 4 Formen wickeln, andrücken und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech stellen. Bei 230 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 10 Minuten backen.

3. Unterdessen Schinken und Frühlingszwiebeln sehr fein schneiden und mit allen restlichen Zutaten für die Füllung mischen.

4. Die Hörnchen auf den Formen leicht abkühlen lassen, dann von den Formen nehmen und mit der Schinkenmasse gleichmäßig befüllen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, dünn mit verquirltem Ei bescpinseln und mit Sesam bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 230 O/U weitere 6 – 8 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, leicht abkühlen lassen und genießen!

**Anmerkung:** Wer das Produkt "Cornetti" von Tupperware nicht zuhause hat, kann auch "Teigkörnchen" im Muffinblech herstellen. Hierzu die Muffinblech-Mulden mit Öl auspinseln. Den Teig nach Rezept herstellen, ausrollen, Teigkreise ausstechen und den Teig in die Muffinblech-Mulden einlegen.

Nach Rezept verfahren.

**Milchfrei – Tipp:** Der Teig ist milchfrei. Für die Füllung Käse durch eine geriebene Käsealternative, z.B. von Wilmersburger, ersetzen. Bitte beachten, dass die Käsealternative glutenfrei ist! Schmand durch einen Schmandersatz auf Sojabasis tauschen. Dieser ist im Reformhaus oder Bioladen erhältlich.

**Eifrei – Tipp:** Zum Bepinseln Sahne oder Mandel-Cuisine verwenden.

**Fruktosearm – Tipp:** Zucker durch Reissirup ersetzen. Frühlingszwiebeln durch eine Schalotte tauschen. Schnittlauchröllchen nach Verträglichkeit einsetzen.

### **Bild 1: Teigstreifen herstellen**



### **Bild 2: Die Formen gleichmäßig mit den Teigstreifen umwickeln**



**Weitere Bilder: Fertige Hörnchen**



