

Zwiebelkuchen

Rustikaler Hefeteig mit saftigem Zwiebelbelag!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei



Für eine Springform (26cm Durchmesser)

Für den Hefeteig:

75g helle glutenfreie Mehlmischung (ich verwende Mix Brot von Schär)

50g dunkle glutenfreie Mehlmischung (ich verwende Mix it dunkel von Schär)

1 EL Öl

10g frische Hefe

½ TL Salz

1 Prise Zucker

100ml lauwarmes Wasser

Für den Belag:

500g Zwiebeln

40g Butter (ggf. laktosefrei)

1 EL helle glutenfreie Mehlmischung (ich verwende Mix Brot von Schär)

2 Eier

100ml süße Sahne (ggf. laktosefrei)

Salz

Kümmel

50g geräucherten Speck gewürfelt

1. Für den Teig beide Mehlsorten in eine Schüssel sieben.
2. Die Hefe im lauwarmen Wasser auflösen. Alle Zutaten für den

Teig, auch das Hefewasser zum Mehl geben und alles zu einem glatten Teig kneten.

3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte ausrollen und eine gefettete Springform damit auslegen. Einen kleinen Rand hochziehen. An einem warmen Ort, mit einem Tuch zugedeckt, etwa 30 Minuten ruhen lassen.

4. Für den Belag die Zwiebeln fein würfeln und mit der Butter unter ständigem Rühren glasig dünsten. Das Mehl unter die Zwiebeln rühren. Die Masse etwas abkühlen lassen.

5. Eier und Sahne unter die Zwiebeln rühren. Mit Salz abschmecken.

6. Zwiebelmasse auf den Teig verteilen, mit Schinken und Kümmel bestreuen.

7. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 35-40 Minuten backen.

Tipp: Zwiebelkuchen schmeckt warm köstlich.