

ZWIEBELKUCHEN

Zutaten
(für 6 Portionen = ein Backblech)
Hefeteig:
30 g Hefe
350 g Mehl
½ TL Salz
3 EL Albaöl/Albaöl Olive
3 Eigelb
ca. 180 ml lauwarmes Wasser
Belag:
3 EL Albaöl/Albaöl Olive
200 g magere Schinkenwürfel
1 kg Zwiebeln, gewürfelt oder in feine Ringe geschnitten
4 Eier
200 g saure Sahne
Salz, Pfeffer
Kümmel nach Geschmack

Zubereitung
Hefe zerbröseln und mit etwas lauwarmem Wasser glatt rühren. Mehl mit Salz auf einer Arbeitsplatte anhäufen und eine Mulde eindrücken. Die angerührte Hefe in die Mulde gießen und mit etwas Mehl bestäuben. An einem warmen Ort 20 Minuten stehen lassen.
Nach und nach lauwarmes Wasser und das Eigelb in die Mulde geben und dabei von innen nach außen das Mehl einarbeiten. Den Teig kneten, bis er glatt und geschmeidig ist. Eine Kugel formen, diese kreuzweise einschneiden, mit Mehl bestäuben, mit einem Tuch bedecken und an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen des Teiges verdoppelt hat.
In der Zwischenzeit die Zwiebeln in Albaöl hell und weich dünsten und die Schinkenwürfel dazugeben. Abkühlen lassen.
Teig nochmals kräftig durchkneten und dabei 3 Esslöffel Albaöl einarbeiten. Den Teig nochmals 20 Minuten gehen lassen.
Teig ausrollen und auf ein mit Albaöl eingefettetes Blech legen. Die Zwiebelmasse daraufgeben. Eier mit saurer Sahne verrühren, mit Salz, Pfeffer und eventuell Kümmel abschmecken und über den Zwiebeln verteilen.
Backen: im vorgeheizten Backofen ca. 30 bis 40 Minuten bei 190 °C Heißluft.

Albaöl® Olive

Sie bevorzugen milden Olivengeschmack statt einer feinen Butternote? Dann verwenden Sie für dieses Rezept einfach Albaöl Olive.

Nährwertinformation für eine Portion:
569 kcal | 29 g Fett | 24 g Eiweiß | 54 g Kohlenhydrate | 324 mg Cholesterin

Albaöl®