



## REZEPT

AUS DER KINDER-COMEDY-KOCHSHOW „AN DIE TÖPFE, FERTIG, LECKER!“

### Flammkuchen mit Sauerkraut

Portionsgröße: 2 Personen

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zeit Zubereitung: 35 min plus Gehzeit und Backzeit



#### Zutaten:

250 g Dinkelmehl T630

20 g frische Hefe

1 große Zwiebel

100 g mildes Sauerkraut

1 kleine, vollreife Birne

6 Physalis

2 Scheiben Kochschinken

75 g fettarmer Frischkäse

75 g saure Sahne

50 g Gouda

1 EL Öl

1 TL Jodsalz mit Fluorid

#### Zubereitung:

Aus Mehl, Hefe, 125 ml lauwarmem Wasser, Öl und Salz einen glatten Hefeteig kneten. Zu einer Kugel formen und abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30-35 min gehen lassen.

Zwiebeln in Ringe schneiden. Sauerkraut leicht ausdrücken. Birne in feine Stifte schneiden. Physalis aus der Hülle lösen und halbieren. Schinken in Streifen schneiden. Teig dünn ausrollen.

Frischkäse und saure Sahne verrühren, mit Salz und Pfeffer pikant würzen. Die Käsemasse auf die Flammkuchen streichen. Zwiebeln, Sauerkraut, Birne, Physalis und Schinken darauf verteilen. Gouda fein über die Flammkuchen raspeln und im Ofen bei 225 Grad Umluft circa 18 Minuten knusprig backen.

Zur Dekoration eine Physalis, drei Scheiben Birne und ein paar gebratene Zwiebelringe auf dem Flammkuchen anrichten.



### **ÜBER DIE NEUE DISNEY CHANNEL EIGENPRODUKTION AN DIE TÖPFE, FERTIG, LECKER!**

Ab April 2017 wird im Disney Channel gekocht, gelacht und getüftelt, denn mit der Eigenproduktion **AN DIE TÖPFE, FERTIG, LECKER!** startet die brandneue Comedy-Kochshow mit 13 Folgen als deutsche TV-Premiere im Disney Channel.

Die jungen Chefköche (Marwin, 9 Jahre; Nils, 11 Jahre) und ihr erwachsener Assistent (Roland Schreglmann) zaubern leckere und überraschende Gerichte für einen prominenten Gast. Dabei verwenden sie immer eine Zutat, die ihr Gast eigentlich nicht mag. Ob ihm die Speise trotzdem schmeckt?

Sendehinweis:

### **AN DIE TÖPFE, FERTIG, LECKER!**

Ab 02. April 2017, jeden Sonntag als deutsche TV-Premiere im Disney Channel

---

### **Über den Disney Channel**

*Der Disney Channel ist seit Januar 2014 frei empfangbar. Der Sender konzentriert das Programmangebot tagsüber auf Kinder und Familien, am Abend stehen Erwachsene, vor allem Frauen im Fokus. Im Internet stehen den deutschen TV-Zuschauern unter [www.DisneyChannel.de](http://www.DisneyChannel.de) ein Live-Stream und Catch Up Service zur Verfügung, sowie eine kostenlose Disney Channel App für Smartphones und Tablets.*