

Die HITRADIO RTL Mitkoch-Show

Sendung vom 22.10.2017



Kürbisflammkuchen mit gebeiztem Saibling



Zutaten für 4 Portionen

200 g Filet vom Saibling
1 Kürbis
1 Orange
1 Zitrone
1 Birne
1 Zwiebel
Kürbiskerne
6 EL Salz
6 EL Zucker
300 g Dinkelmehl
100 g Speck
250 g saure Sahne
6 g Trockenhefe
175 g Butter
100 g Bergkäse
Milch
Mineralwasser
Dill
Salz, Pfeffer

Kochutensilien



Zubereitung

Orange und Zitrone in Scheiben schneiden. In einer Schüssel mit Salz und Zucker vermischen.

Saibling abwaschen und Haut abziehen. Dill kleinhacken und auf dem Filet andrücken.



Fisch in der Schüssel von allen Seiten mit der Salz-Zucker-Mischung bedecken.

Mit einer zweiten Schüssel voll Wasser beschweren und für ca. 90 Minuten ziehen lassen.



In einer Schüssel mit Mehl und Hefe eine Kuhle bilden. Etwas Milch, einen Spritzer Mineralwasser und Butter dorthinein geben und ca. zehn Minuten ruhen lassen.

Teig geschmeidig kneten und mit einem Tuch bedeckt an einer warmen Stelle gehen lassen.

Zwiebel und Kürbis schälen. Speck, Birne, Zwiebel und Kürbis klein schneiden und in Pfanne mit Butter anschwitzen. Kürbiskerne hinzufügen.

Ofen auf 250 °C Unterhitze vorheizen.

Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben. Teig durchkneten und ausrollen.

Teig mit saurer Sahne bestreichen und Kürbismischung darauf verteilen.

Bergkäse reiben und über Flammkuchen streuen. Acht bis zehn Minuten im Ofen backen.

Saibling aus Salz-Zucker-Mischung nehmen, ganz kurz in Wasser tauchen und in Streifen schneiden.

Flammkuchen mit Filetstreifen belegen und leicht pfeffern.

