

Flammkuchen „Pronto“ (Zutaten für 2 Portionen)

- ⑦ 8-10 Cocktail-Tomaten
- ⑦ 1 Zucchini
- ⑦ 2 Frühlingszwiebeln oder Schalotten
- ⑦ 2 Flammkuchenböden à 85 g (Fertigprodukt aus dem Kühlregal)
- ⑦ 140 g Ricotta (ersatzweise Sauerrahm/Saure Sahne)
- ⑦ Salz, Pfeffer, Chiliflocken
- ⑦ 2 EL Kürbiskerne oder Pignoli
- ⑦ etwas frisches Basilikum

Backrohr auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Gemüse waschen, Zucchini der Länge nach in feine Scheiben schneiden. Das gelingt am besten mit einem Gemüseschäler – die Streifen werden damit perfekt. Zwiebel in feine Scheiben schneiden, Tomaten je nach Größe halbieren oder vierteln.

Flammkuchenteig aus dem Kühlschrank nehmen, nebeneinander auf ein Backblech legen und mit dem Ricotta bestreichen. Lassen Sie 1 cm am Rand frei. Salzen, pfeffern und mit ein paar Chiliflocken betreuen. Dann mit Gemüse belegen und mit Kürbiskernen bestreuen. Achten Sie bei den Tomaten darauf, dass die Hautseite nach unten zeigt.

Ab ins Rohr und ca. 10 Minuten auf unterster Schiene backen. Behalten Sie den Flammkuchen im Auge, damit er nicht zu braun wird.

Kurz vor dem Servieren mit gehacktem Basilikum bestreuen.

