

## VEGANER FLAMMKUCHEN HILLER ART



### VEGANER FLAMMKUCHEN HILLER ART

Zunächst den Teig herstellen. Hierfür einfach die genannten Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig anschließend (mindestens) 30 Minuten ruhen lassen. In der Zwischenzeit kann die Sojacreme zubereitet und der Belag vorbereitet werden.

Für die Soja-Creme eine Knoblauchzehe, die Sojamilch und den Senf in ein hohes Gefäß geben und pürieren. Mit einer Prise Salz und Pfeffer abschmecken. Das Pflanzenöl nach und nach dazugeben und dabei weiter pürieren. Die Sojacreme sollte beim Pürieren immer dickflüssiger werden. Wenn das Öl vollständig eingearbeitet ist, kann die fertige Sojacreme beiseite gestellt werden.

Nun kann der Belag vorbereitet werden. Hierfür die Zwiebeln in feine Ringe und den Tofu in etwa 5 mm starke Streifen schneiden. Anschließend den Teig vierteln und dünn ausrollen. Die Sojacreme gleichmäßig darauf verteilen. Den Räuchertofu, die Zwiebeln und den veganen Käse gleichmäßig auf den Flammkuchen verteilen. Die Flammkuchen anschließend bei 180°C (Umluft) für etwa 12 bis 15 Minuten (bis zum gewünschten Bräunungsgrad) in den Backofen schieben!

**Tierschutzverein für Hannover u.U. e.V.**  
Evershorster Straße 80  
30855 Langenhagen

Tel.: 0511 / 973 398 - 0  
E-Mail: [info@tierheim-hannover.de](mailto:info@tierheim-hannover.de)

[www.tierheim-hannover.de](http://www.tierheim-hannover.de)  
[www.fb.com/tierheim.hannover](https://www.facebook.com/tierheim.hannover)  
[www.youtube.com/tierheimtv](https://www.youtube.com/tierheimtv)

**Vegetarisches Restaurant Hiller**  
Blumenstraße 3  
30159 Hannover

Tel.: 0511 / 36 12 88  
[www.restaurant-hiller.de](http://www.restaurant-hiller.de)  
[www.fb.com/VegetarischesRestaurantHiller](https://www.facebook.com/VegetarischesRestaurantHiller)

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

#### FÜR DEN TEIG

ca. 40 g frische Hefe (1 Würfel) | 1 TL Zucker | 250 g Weizenmehl | 250 g Roggenmehl | 250 ml Wasser | Salz

#### FÜR DIE SOJACREME

150 ml Sojamilch (natur) | 1 TL Senf | 1 Knoblauchzehe | 300 ml Rapsöl | Salz | Pfeffer aus der Mühle

#### FÜR DEN BELAG

200-300 g Zwiebeln (je nach Geschmack) | 200-300 g Räuchertofu (je nach Geschmack) | 500 g veganen Käse

**tierschutzverein**  
für Hannover und Umgegend e.V.

**Hiller**  
Vegetarisches Restaurant



#### REZEPT IN FILMFORM

Einfach den QR-Code mit deinem Smartphone einscannen und schon kannst du dir die Zubereitung in Filmform anschauen!