

Allgäuer Zwiebelkuchen

Der herzhafteste Kuchen-Klassiker, der nicht nur im Herbst schmeckt



Portionen
4



Zubereitungszeit
60 Minuten



Schwierigkeitsgrad
Mittel

ZUTATEN

Für den Teig:

- 225 g Mehl TYP 405
- 75 g gemahlene Mandeln
- 1 EL Zucker
- 1 TL Salz
- 150 g kalte Butterwürfel
- 1 Ei
- 2 EL Wasser

Für die Füllung:

- 1,5 kg Zwiebeln
- 125 g Räuchertofu (oder Räucherspeck)
- 4 EL Öl
- 1 Bund Petersilie
- 1 Packung Hochland Sandwich Scheiben mit Butterkäse
- 125 ml Sahne
- 125 ml Crème Fraîche
- 2 Eier

ZUBEREITUNG

1. Mehl auf eine Arbeitsfläche sieben. Mandeln, Zucker, Salz, Butter, Ei und Wasser dazu geben, mit den Fingerspitzen gründlich verkrümeln. Zügig zu einer Kugel kneten, in eine Folie wickeln und 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Backofen auf 200 Grad vorheizen (Umluft 180 Grad). Währenddessen die Zwiebeln schälen, halbieren und in Scheiben schneiden. Tofu in dünne Streifen schneiden. Die Zwiebeln mit dem Öl 10 Minuten goldbraun dünsten, dabei oft umrühren. Währenddessen Petersilie waschen, trockenschütteln, zupfen und hacken. Hochland Sandwich Scheiben in Streifen schneiden. Tofu und Petersilie unter die fertigen Zwiebeln mischen, vom Herd nehmen. Sahne, Crème Fraîche und Eier verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig abschmecken.
3. Ein Backblech mit Backpapier belegen, Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche ausrollen, das Backblech damit auslegen. Mit einer Gabel Löcher in den Teigboden stechen, damit sich beim Backen keine Blasen bilden. Zwiebeln und Käse auf dem Teig verteilen, mit der Eiersahne begießen und auf der unteren Schiene des Ofens ca. 35 Minuten goldbraun backen.



- Salz, Pfeffer, Muskat

Tipp

Alternativ können Sie auch 8-10 kleine Portionskuchen backen, die Backzeit ist dann etwa 5 Minuten kürzer. Dazu passen spritzige Weine wie Sekt und Prosecco – oder im Herbst, der klassischen Zeit für Zwiebelkuchen, ganz traditionell ein junger Wein oder Federweißer. Und ein großer frischer Endiviensalat passt natürlich auch sehr gut dazu.

Eine Portion enthält im Durchschnitt

Brennwert: 3582,5 kJ (941,8 kcal)

Kohlenhydrate: 56,5 g

Fett: 66 g

Eiweiß: 23,3 g