Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



FOUGASSE MIT SPARGEL UND THYMIAN

ZUBEREITUNG: 1,5 STUNDEN · BACKZEIT: 35 MIN.

Wenn wir Freunde zu Besuch haben, mag ich einfach ein gutes Brot backen, etwas Käse dazu servieren und eine gute Flasche Rotwein aufmachen. Dieses Mal wollte ich eigentlich einen kleinen Flammkuchen machen aber ich dachte mir dann, dass etwas fluffiges doch besser schmecken würde. Ich habe also ein Belegte Fougasse gemacht. Die Fougasse mag ich sehr, weil es schön weich, flüffig und dick ist. Heute war sie einfach mit Creme Fraiche und Spargel veredelt ! ein Traum. Desto dicker und weicher, desto besser ! □□
Ich habe also ein Art Fougasse zubereitet, sie reichlich mit frischem Thymian verfeinert und dann ordentlich mit Creme fraiche und frischem Gemüse belegt.

Also wie immer ging es flott und es war wirklich einfach. Für ein Mal habe ich auch mir etwas Zeit genommen und den Teig richtig gehen lassen (1 Stunde). Ein Tipp habe doch zum Teig: Wenn man es nur grob anrührt (mit einem Holzloffel), dann ruhen lässt, lässt sich der Teig dann super falten und wird beim Backen noch luftiger.

Wie bei einem Flammkuchen wird der Teig einfach ausgerollt und dann mit Creme fraiche und leckerem grünen Spargel belegt. Nach dem Backen (und wenn er kurz abgekühlt war) konnte ich es nicht widerstehen, die Fougasse noch mit ein bisschen Pistazien, Creme Fraiche und Serrano Schinken zu verzieren. So wird er noch richtig „Gourmand“ (genussvoll).

Aber wie immer, jeder kann sie mit seinem Lieblings-Belag verfeinern! □□

Zutaten für eine große belegte Fougasse mit grünem Spargel:

500 g Weizenmehl (Typ 550 oder T65) , 1 EL Salz, 300 ml Wasser, 1 Würfel Hefe, 20 g Olivenöl, 2 EL Honig, 1 handvoll Thymian (oder Rosmarin), 1 Bund grüner Spargel, 250 g Crème fraîche, 2 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer .

Belag: 100 g Crème fraîche(als Topping, nach den Backen), 150 g Serrano Schinken, 2 EL gehackte Pistazien.

1- In einer großen Schüssel das Mehl mit dem Salz mischen. In einem Behälter, den Würfel Hefe in 300 ml Wasser auflösen. Das Wasser (mit der Hefe) in das Mehl eingeben und mit einem Holzlöffel anrühren. dann das Öl eingeben ….. und dann den Honig alles mit dem Holzlöffel rühren… ..mit einem feuchten Tuch abdecken und 1 Stunde in einem warmen Ort gehen lassen.

2- Auf ein bemehlte Fläche, den Teig geben …. und den frische Thymian auf den Teig geben …
Dann den Teig wie ein Brief zusammen falten … um die Kräuter in den Teig einzuarbeiten.

Die Kugel am Ende umdrehen und leicht rollen und kneten.

Diese Kugel (wenn man Zeit hat, erst etwas ruhen lassen, 20 Minuten ungefähr) ausrollen.

3- Den Teig dünn ausrollen und ihn auf ein mit Backpapier bedecktes Backblech legen.

Den Teig reichlich mit 250 g Creme fraîche beschmieren …und den geputzten grünen Spargel darauf verteilen. Ich habe vor dem Backen noch ein bisschen Olivenöl und etwas Pistazien darauf bestreut.

4- Jetzt nur noch 35 Minuten bei 180°C Umluft backen. Ich platziere das Backblech **in einen kalten Backofen** mit einem tiefes Backblech mit 500 ml Wasser in der untersten Schiene. So geht die Fougasse noch mehr auf.

Jetzt kann man die Fougasse noch mit etwas Fleur de sel**, die 100 g Creme Fraiche, Serrano Schinken …… je nach Geschmack verfeinern. Dann ganz schnell eine Flasche Rotwein öffnen und schon kann der entspannte Abend anfangen.**

Bisous und euch allem einen schönen Sonntag !

Hat es dir und deinen Gästen geschmeckt? Dann gib die Quelle gern weiter.

Dieses Gericht stammt aus einem Rezept von
Aurélie Bastian
www.franzoesischkochen.de