



Gemüsewähe mit Speck

45 Min. + 1 Std. kühl stellen + 35 Min. backen glutenfrei

Für ein Wähenblech von ca. 30 cm Ø

150 g **glutenfreies Mehl**
(Schär Kuchen & Kekse)

50 g **glutenfreie Haferflöckli**

1 EL **gemahlene Flohsamenschalen**

½ TL **Salz**

80 g **Butter**, kalt

1 dl **Wasser**

Mehl, Haferflöckli, Flohsamen und Salz in einer Schüssel mischen. Butter in Stücke schneiden, begeben, von Hand zu einer gleichmässig krümeligen Masse verreiben. Wasser begeben, rasch zu einem weichen Teig zusammenfügen, nicht kneten, zugedeckt ca. 1 Std. kühl stellen.

100 g **Crème fraîche mit Kräutern**

Ofen auf 220 Grad vorheizen.
Teig auf wenig Mehl rund (ca. 32 cm Ø) auswallen, ins Blech legen. Boden mit einer Gabel dicht einstechen. Crème fraîche darauf verteilen.

2 **fest kochende Kartoffeln** (ca. 300 g)

2 **Zucchini** (ca. 600 g)

2 EL **Olivenöl**

150 g **Bratspeck in Tranchen**

1 TL **Fleur de Sel**

wenig **Pfeffer**

Kartoffeln schälen, mit den Zucchini mit dem Gemüseblatt-Schneider in Streifen schneiden, Gemüsestreifen längs halbieren. Gemüsestreifen mit Öl mischen, mit dem Speck von aussen nach innen spiralförmig auf den Teig legen, würzen.

Backen: ca. 35 Min. in der untersten Rille des Ofens. Herausnehmen.

1 Bund **glattblättrige Petersilie**

½ Bund **Thymian**

¾ dl **Olivenöl** (nicht kalt gepresst)

¼ TL **Salz**

Petersilie und Thymianblättchen abzupfen, fein schneiden, mit dem Öl mischen, salzen. Kräuteröl über die Wähe verteilen.

Portion (¼): 829 kcal, F 62 g, Kh 50 g, E 16 g