

... > Zubereitungsarten > Backen




# Flammkuchen mit Tortilla-Wrap



WW-tauglich

★★★★☆ **4.68** (354 Bewertungen)

 **178** Kommentare

 5 Min.  simpel  20.11.2013

---

## Weitere Rezepte - genauso gut!

---

## Zutaten

2



Portionen

2 große Weizentortilla(s)

1 Zwiebel(n)

50 g Schinken, gewürfelt, mager, bis 2% Fett

65 g Schmand

60 g Crème légère

1 EL Schnittlauch

n. B. Salz und Pfeffer

---

## Zubereitungstipps

---

---

## Zubereitung

🕒 Arbeitszeit ca. 5 Minuten

🕒 Koch-/Backzeit ca. 15 Minuten

🕒 Gesamtzeit ca. 20 Minuten

Schmand, Crème légère und Schnittlauch mischen und die Tortilla-Wraps damit bestreichen. Etwas Salz und Pfeffer darauf streuen. Schinkenwürfel auf die beiden Wraps streuen. Zwiebel in dünne Ringe schneiden und darauf verteilen. Anschließend die Wraps auf Backpapier in den vorgeheizten Ofen legen.

Backzeit: 15 min bei 180 °C Umluft

Tipp:

Dieses Rezept lässt sich auch wunderbar abwandeln mit weiteren Zutaten wie zum Beispiel Rucola, Kirschtomaten und Parmesan.

## Rezept von

AhoiAhoi

**Weitere Rezepte von AhoiAhoi**

**Mehr >**

---

---

## **Tipps & Trends**

---

---

## **Video Empfehlungen**

---

## Markenrezepte bei Chefkoch

---

## Kommentare

 [Kommentar schreiben](#)

---

16.06.2021 10:35

AR53

Habe anstatt Schmand Creme fraiche verwendet.  
Lecker!

**Antworten**

---

08.06.2021 12:29

heli\_maus

Danke für die Idee, hab Brunch Tomate mit roten Zwiebeln und Thunfisch gehabt, mein Mann Frischkäse mit sucukwurst, roten Zwiebeln und Tomaten. Oben noch etwas Käse sehr gut

## Antworten

---

07.06.2021 19:02

hueppi

Erstaunlich gut für so einfach!

## Antworten

---

29.05.2021 21:28

hochmannsven

Auch sehr gut für den Filmabend geeignet  
Backzeit betrug bei meinem Ofen 11 Minuten auf unterer Schiene (Rost).  
Die Zwiebeln hab ich gewürfelt und bissl mehr schinken drauf getan.  
Kaum Fett, Kohlenhydrate und Kalorien. Super Lecker 😊 5\*

## Antworten

---

04.05.2021 22:36

unicorn1610

Es war super lecker und so einfach☐☐ 5 Sterne

## Antworten

---

---

22.06.2014 00:14

Denian

Hey, wirklich sehr schöne Idee mit den Tortilla-Wraps. Hatte nur leider keinen Schmand. Habe es durch Kräuterfrischkäse und bisschen Milch ersetzt. Hat wirklich super geschmeckt. Selbst am nächsten Tag nochmal kurz im Backofen aufgewärmt - ein Genuss.

Vielen Dank für das Rezept :-)

**Antworten**

---

24.03.2014 21:06

Nika487

Super gutes, simples Rezept! Gab's bei mir heute mit Saurer Sahne (war noch offen), Frühlingszwiebeln und Paprika! Foto kommt!

**Antworten**

---

18.03.2014 20:31

ApolloMerkur

Hallo AhoiAhoi!

Die Idee aus Tortilla-Wraps Flammkuchen zu machen finde ich genial! Es geht schnell und sie werden richtig schön knusprig. Habe den Flammkuchen zusätzlich mit Bärlauch und Rucola belegt.

Vielen Dank für das tolle Rezept!  
ApolloMerkur

**Antworten**

---

19.03.2014 16:31

AhoiAhoi

Freut mich, dass es dir schmeckt. Ich habe inzwischen auch diverse neue "Flammkuchen-Kreationen" entwickelt mit Feta, Butterkäse, Mozzarella, gestückelten Tomaten... und, und, und :-))

**Antworten**

---

19.03.2014 18:41

ApolloMerkur

Und heute nochmal mit Lachs :-)

**Antworten**

---

## Folge uns



---

## Unternehmen

[Presse](#)

[Jobs](#)

[Impressum](#)

[AGB](#)

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)

[Werben Sie bei uns](#)

[Nutzungsbasierte Online Werbung](#)

## Quicklinks

[Rezepte finden](#)

[Was koche ich heute?](#)

[Was backe ich heute?](#)

[Magazin Übersicht](#)

[Print-Magazin im Abo](#)

[Foren](#)

[Chefkoch Events](#)

[Videos Übersicht](#)

## Newsletter

[Zum Newsletter anmelden](#)

## Wir sind für Dich da

[FAQ](#)



## Live Rezeptsuchen

coleslaw rezepte, heidelbeersmoothie rezepte, himbeeressig rezepte, histaminfreie rezepte, joghurteis rezepte, karotte rezepte, kirschpfanne rezepte, löffelbiskuit rezepte, sommerlimonaden rezepte, tomatenmarmelade rezepte

---