



Fruchtiger Speck-Flammkuchen

mit Aprikosen und Romanasalat



30-40min



2 Personen

Heute in deiner Box: ein fruchtig-leckerer Flammkuchen, den du für dich und deine Lieben nach Lust und Laune mit frischen Aprikosen, Zwiebeln und salzigem Speck belegen kannst. Ruck, zuck noch italienischen Käse darüber hobeln und ab in den Ofen damit. Sollte doch etwas übrig bleiben, packst du dir den Rest einfach für das nächste Mittagessen ein.

Was du von uns bekommst

- 10g frischer Schnittlauch
- 1 Packung gemischter Salat
- 1 Packung magerer Speck
- 2 Aprikosen
- 1 Zwiebel
- 1 Packung Flammkuchenteig ¹
- 1 italienischer Hartkäse ⁷
- 150g Crème fraîche ⁷

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backblech
- Backofen
- Küchenreibe

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 835kcal, Fett 53.2g, Kohlenhydrate 69.1g, Eiweiß 25.2g



1. Aprikosen schneiden

Den Backofen auf 230°C Umluft oder 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Aprikosen** halbieren, den Stein entfernen und ebenfalls in dünne Streifen schneiden.



4. Flammkuchen belegen

Den **Flammkuchen** nach Geschmack mit den **Zwiebel- und Aprikosenstreifen** und dem **Speck** belegen, dann den **Käse** mit einer Küchenreibe darüberreiben. Den **Flammkuchen** ca. 12-14Min. im Ofen backen, bis der Teig goldbraun und knusprig ist.



2. Creme würzen

Die **Crème fraîche** mit etwas Pfeffer abschmecken.



5. Dressing vorbereiten

Währenddessen den **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden. Aus 1-2EL Olivenöl, 1-2EL Essig, 1-2EL Wasser, Salz und 1Prise Zucker ein **Dressing** rühren und den **Schnittlauch** untermischen.



3. Flammkuchen vorbereiten

Den **Flammkuchenteig** samt Papier auf einem Backblech ausrollen und gleichmäßig mit der **Crème fraîche** bestreichen.



6. Salat mischen

Den **Salat** kurz vor dem Servieren mit dem **Dressing** mischen und mit dem **Flammkuchen** servieren.