



Herzhafte Hackfleischtarte

mit Lauch und Rucola



30-40min



2 Personen

Eine köstlich-knusprige Tarte ist einfach unwiderstehlich! Heute braten wir dafür saftiges Rinderhackfleisch, das mit Crème fraîche und Lauch den deftigen Belag auf dem feinen Flammkuchenteig bildet. Dazu ein knackiger Rucolasalat und alles ist gut!

Was du von uns bekommst

- 250g Rinderhackfleisch
- 1 Päckchen Bratkartoffelgewürz
- 1 Packung Flammkuchenteig ¹
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Stange Lauch
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Päckchen körniger Senf ¹⁰
- 100g Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Honig oder Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- mittelgroße Pfanne
- Zitruspresse

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

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 990kcal, Fett 63.2g, Kohlenhydrate 63.3g, Eiweiß 38.1g



1. Hackfleisch braten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Das **Hackfleisch** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze 2-3Min. anbraten, dann mit dem **Bratkartoffelgewürz** sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Teig ausrollen

Nebenher den **Teig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen.



3. Teig vorbacken

Mit einer Gabel Löcher in den **Teig** stechen und den **Teig** 3-4Min. im Ofen vorbacken, bis er leicht zu bräunen beginnt.



4. Tarte backen

Den **Lauch** längs halbieren und quer in dünne Streifen schneiden. Den **Teig** gleichmäßig mit der **Crème fraîche** bestreichen, dann mit dem **Lauch** belegen und 15-20Min. im Ofen backen. Ca. 5Min. vor Backende das **Hackfleisch** gleichmäßig auf dem **Lauch** verteilen und mitbacken.



5. Dressing anrühren

Die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **1/2 des Senfs** mit **2EL Zitronensaft**, 1EL Olivenöl, 2TL Essig und 2TL Wasser verrühren und das **Dressing** mit Salz und Pfeffer sowie etwas Honig oder Zucker abschmecken.



6. Tarte garnieren

Den **Rucola** ggf. einmal durchschneiden und kurz vor dem Servieren mit dem **Dressing** vermengen. Einen Teil des **Rucolas** auf der **Hackfleischtarte** verteilen, den **übrigen Salats** als Beilage dazu reichen.