



## Flammkuchen mit grünem Spargel

dazu Kohlrabi-Basilikum-Salat



20-30min



2 Personen

Schon mal Spargel auf den Flammkuchen gepackt? Wenn nicht, wird es höchste Zeit! Das Tolle daran: Der grüne Spargel muss noch nicht einmal vorgekocht werden. So ist dein Flammkuchen ganz fix im Ofen, während du den knackigen Kohlrabisalat zubereitest – und schon ist das Essen fertig!



## Was du von uns bekommst

- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 15g frisches Basilikum & Zitronenthymian
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Becher Schmand <sup>7</sup>
- 1 Packung grüner Spargel
- 1 Packung Flammkuchenteig <sup>1</sup>
- 1 Stückchen Hartkäse <sup>3,7</sup>
- 1 Kohlrabi

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech
- Sparschäler
- Küchenreibe

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

### Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 709.0kcal, Fett 38.4g, Eiweiß 20.1g, Kohlenhydrate 67.1g



### 1. Schmandcreme anrühren

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Schalotte** und den **Knoblauch** schälen und fein hacken. Die **Basilikumblätter** abzupfen und fein schneiden. Die **Thymianblätter** abstreifen. Die **Zitronenschale** abreiben. Den **Schmand** mit den **Schalotten**, dem **Knoblauch**, der **Zitronenschale**, **2/3 des Basilikums** und dem **Thymian** verrühren.



### 4. Flammkuchen backen

Den **Flammkuchen** im Ofen 8-12Min. backen, bis der **Rand** knusprig ist. Inzwischen den **Käse** fein reiben.



### 2. Spargel vorbereiten

Die hölzernen Enden des **Spargels** abschneiden. Die **Spargelstangen** der Länge nach halbieren, dickere **Spargelstangen** vierteln. Die **Zitrone** halbieren und in Spalten schneiden.



### 5. Salat zubereiten

Den **Kohlrabi** schälen, die hölzernen Enden abschneiden. Mit einer Küchenreibe in feine Scheiben schneiden. **Tipp:** Für besseren Halt den **Kohlrabi** zuerst halbieren. Die **Kohlrabischeiben** mit 1 Prise Salz und 1/2-1EL Essig verrühren. Das **restliche Basilikum** untermischen.



### 3. Flammkuchen belegen

Den **Flammkuchenteig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen. Die **Schmandcreme** mit Salz und Pfeffer abschmecken und ca. **3/4 der Schmandcreme** gleichmäßig auf dem **Teig** verstreichen. Die **Spargelstücke** darauf verteilen.



### 6. Flammkuchen fertigstellen

Den **Flammkuchen** aus dem Ofen nehmen und mit der **restlichen Schmandcreme** bestreichen. Den **geriebenen Käse** darauf verteilen und den **Flammkuchen** mit den **Zitronenspalten** und dem **Kohlrabisalat** servieren.