



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 ⁷
- 1 Packung grüner Spargel
- 1 Packung Flammkuchenteig ¹
- 1 Stückchen Hartkäse ^{3,7}
- 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



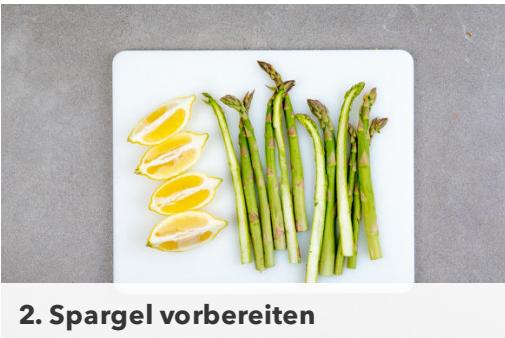
1. Schmandcreme anrühren

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 Basiliks** 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, dicke **Spargelstangen** vierteln. Die **Zitrone** halbieren und in Spalten schneiden.



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.



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.



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.