



Special: Frühstückslammkuchen

mit Aprikosen und Frischkäse



20-30min



2 Personen

Ein Frühstück, für das man gerne aufsteht! Und viel besser als jedes Marmeladenbrot! Heute gibt es köstlichen Flammkuchen, der mit einer Frischkäsecreme bestrichen wird, auf der Aprikosen und Mandeln gebacken werden. Dazu gibt es ein frisches Ananas-Minze-Relish. Wir wünschen einen guten Start in den Tag!

Was du von uns bekommst

- 3 Aprikosen
- 1 Dose Ananas
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung Frischkäse ⁷
- 1 Packung Flammkuchenteig ¹
- 10g frische Minze
- 1 Packung Mandelblättchen ¹⁵

Was du zu Hause benötigst

Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- Küchenreibe
- Zitronenpresse
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 667kcal, Fett 29.8g, Kohlenhydrate 76.4g, Eiweiß 17.8g



1. Aprikosen schneiden

Den Backofen auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Aprikosen** halbieren, entsteinen und in Spalten schneiden.



2. Frischkäse verfeinern

Die **Ananas** in ein Sieb abgießen, dabei den **Ananassaft** auffangen. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Den **Frischkäse** mit dem **Zitronenabrieb** und **1EL Ananassaft** verrühren.



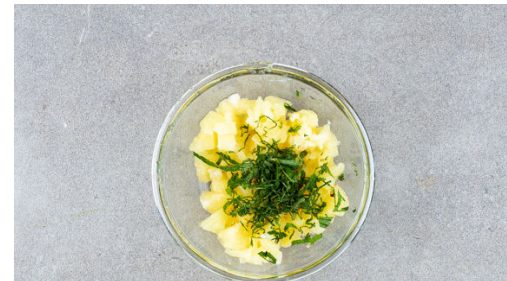
3. Flammkuchen backen

Den **Teig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen und mit dem **Frischkäse** bestreichen. Die **Aprikosen** darauf verteilen und den **Flammkuchen** ca. 15Min. im Ofen backen.



4. Relish vorbereiten

Die abgetropften **Ananasstücke** grob hacken. Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden.



5. Relish mischen

Die **Ananas**, die **Minze** und **1EL Zitronensaft** vermengen.



6. Mandeln mitbacken

Die **Mandelblättchen** in den letzten 2Min. der Backzeit auf dem **Flammkuchen** verteilen und mitbacken. Den **Flammkuchen** mit dem **Ananasrelish** servieren.