



Special: Frühstückslammkuchen

mit Aprikosen und Frischkäse



20-30min



3-4 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!

- 6 Aprikosen
- 2 Dosen Ananas
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Packungen Frischkäse ⁷
- 2 Packungen Flammkuchenteig ¹
- 10g frische Minze
- 1 Packung Mandelblättchen ¹⁵

Küchenutensilien

- Backofen und 2 Backbleche
- 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 660kcal, Fett 29.7g,
Kohlenhydrate 75.8g, Eiweiß 17.6g



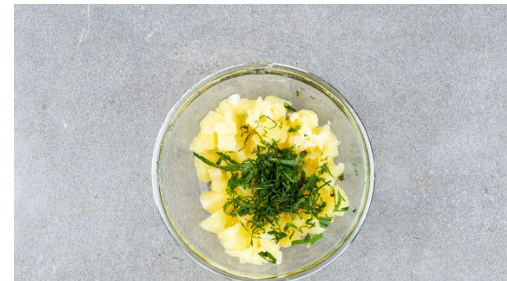
Den Backofen auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Aprikosen** halbieren, entsteinen und in Spalten schneiden.



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



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 **1-2EL Ananassaft** verrühren.



Die **Ananas**, die **Minze** und **2EL Zitronensaft** vermengen.



Die **Teige** mit dem Papier nach unten auf zwei Backblechen ausrollen und mit dem **Frishkäse** bestreichen. Die **Aprikosen** darauf verteilen und die **Flammkuchen** ca. 15Min. im Ofen backen.



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