



Flammkuchen mit Apfel und Speck

dazu Rucolasalat mit getrockneten Tomaten



30-40min



4 Portionen

Flammkuchen essen ist eine wunderbare Sache: Erstens lässt er sich sehr gerecht in beliebig viele Stücke schneiden. Zweitens kann man ihn ganz leger mit den Händen essen, und drittens sind der Fantasie beim Belegen keine Grenzen gesetzt. Unsere fruchtig-würzige Variante mit Äpfeln, Zwiebeln, Speck und Käse ist ein wahrer Gaumenschmaus! Dazu ein Salat aus Chicorée, Rucola und getrockneten Tomaten – und keiner will mehr teilen.

Was du von uns bekommst

- 2 rote Zwiebeln
- 2 Äpfel
- 2 Pck. Flammkuchenteig ²
- 2 Becher Crème fraîche ³
- 200g junger Gouda, gerieben ³
- 1 Pck. Speckwürfel
- 2 Stangensellerie ¹
- 2 Pck. getrocknete Tomaten
- 2 Chicorée
- 100g Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und 2 Backbleche
- Küchenreibe

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

Allergene

Sellerie (1), Gluten (2), Milch (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 891kcal, Fett 50.1g, Kohlenhydrate 79.1g, Eiweiß 28.6g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Äpfel** mit einer Küchenreibe grob raspeln, dabei das Gehäuse aussparen.



4. Zwiebeln einlegen

Die **restlichen Zwiebeln** mit 2EL Essig, 1TL Zucker und 1 kräftigen Prise Salz vermengen.



2. Flammkuchen belegen

Die **Teige** mit dem Papier nach unten auf zwei Backblechen ausrollen, gleichmäßig mit der **Crème fraîche** bestreichen und mit dem **Käse** den **Speckwürfeln** belegen.



5. Gemüse schneiden

Den **Sellerie** und die **getrockneten Tomaten** grob würfeln. Den **Chicorée** längs halbieren und in feine Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen.



3. Flammkuchen backen

Die **Apfelraspel** und die **½ der Zwiebeln** auf den **Teigen** verteilen und mit Pfeffer würzen. Die **Flammkuchen** im Ofen 9-12Min. backen, bis der **Teig** gar ist und die **Ränder** goldbraun sind. Je nach Ofen nach der Hälfte der Zeit die Position der Bleche tauschen.



6. Salat zubereiten

Den **Chicorée** mit dem **Rucola**, dem **Sellerie**, den **getrockneten Tomaten**, den **Zwiebeln samt Einlegesud** und 2EL Olivenöl vermengen. Den **Salat** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Flammkuchen** nach Belieben in Stücke schneiden und mit dem **Salat** servieren.