



RS Flammkuchen mit Apfel und Speck

dazu Rucolasalat mit eingelegten Zwiebeln



30-40min



2 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 passt hervorragend der fein-herbe Rucolasalat. Guten Appetit!

- 1 rote Zwiebel
- 1 Apfel
- 1 Pck. Flammkuchenteig ¹
- 1 Becher Crème fraîche ²
- 100g junger Gouda, gerieben ²
- 1 Pck. Speckwürfel
- 50g Rucola

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen und Backblech
- Küchenreibe

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

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

Energie 972kcal, Fett 57.4g,
Kohlenhydrate 79.2g, Eiweiß 32.5g



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



Die **restlichen Zwiebeln** mit 1EL Essig,
½TL Zucker und 1 Prise Salz vermengen.



Den **Teig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen, gleichmäßig mit der **Crème fraîche** bestreichen und mit dem **Käse** den **Speckwürfeln** belegen.



Den **Rucola** kurz vor dem Servieren mit den **Zwiebeln samt Einlegesud** und 1EL Olivenöl vermengen. Den **Salat** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Apfelraspel** und die **½ der Zwiebeln** auf dem **Teig** verteilen und mit Pfeffer würzen. Den **Flammkuchen** im Ofen 9-12Min. backen, bis der **Teig** gar ist und die **Ränder** goldbraun sind.



Den **Flammkuchen** nach Belieben in Stücke schneiden und mit dem **Rucolasalat** servieren.