



Elsässer Lachsflammkuchen

mit Rucola und Gurkensalat



30-40min



2 Personen

Der Flammkuchen ist ein französischer Klassiker aus dem Elsass und begeistert uns heute als knusprig-krosse Variation mit saftigem Räucherlachs und Crème fraîche. Für die Extraportion Frische sorgt ein knackiger Rucola-Gurken-Salat. Bon appétit!

Was du von uns bekommst

- 1 Packung Stremellachs 4
- 1 Becher Crème fraîche 7
- 1 Packung Flammkuchenteig 1
- 1 Gurke
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Packung Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Backblech

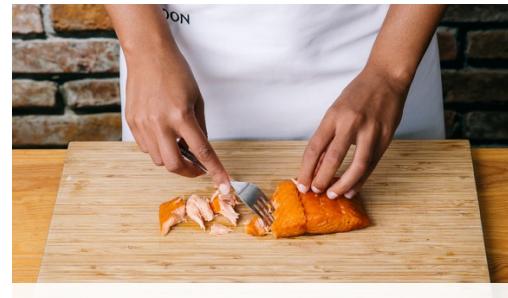
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Fisch (4), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

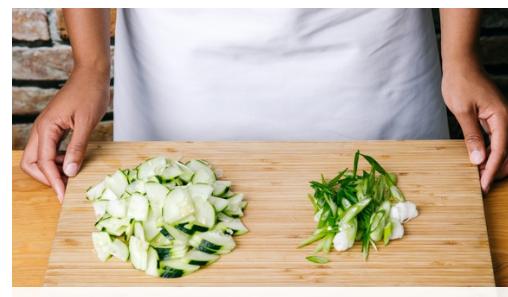
Nährwertangaben pro Portion

Energie 949kcal, Fett 55.2g, Kohlenhydrate 64.8g, Eiweiß 39.5g



1. Lachs vorbereiten

Den Backofen auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den **Lachs** ggf. mit einem scharfen Messer von der Haut befreien und mit den Fingern oder einer Gabel vorsichtig zerteilen. Evtl. vorhandene Gräten am besten jetzt mit einer Pinzette entfernen oder später beim Essen darauf achten.



4. Gemüse schneiden

Die **Gurke** längs vierteln und quer in dünne Scheiben schneiden. Die **Lauchzwiebeln** putzen und schräg in feine Ringe schneiden.



2. Crème fraîche würzen

Die **Crème fraîche** glatt rühren und mit Salz und Pfeffer würzen.



3. Teig belegen

Den **Teig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen, mit der **Crème fraîche** bestreichen und den **Lachs** gleichmäßig darauf verteilen. Den **Flammkuchen** im Ofen 15-20Min. backen, bis er goldbraun und knusprig ist.



6. Flammkuchen servieren

Den fertigen **Flammkuchen** in Stücke schneiden und nach Belieben mit dem **Rucola** belegen. Mit dem **Gurken-Lauchzwiebel-Salat** servieren.