



Paprika-Zwiebel-Flammkuchen mit Feta

herzhaft mit Zucchini in Tomaten-Oliven-Pesto



20-30min



2 Portionen

Wir lieben Flammkuchen! Diesmal haben wir uns etwas ganz Besonderes einfallen lassen: Wir bestreichen den Teig nicht etwa mit Crème fraîche, sondern mit einer aromatischen Mischung aus geraspelter Zucchini und herzhaftem Tomaten-Oliven-Pesto. Das macht das Ganze zu einer wunderbar saftigen Angelegenheit! Darauf tummeln sich knackige Paprika, würzige Zwiebeln und fein-salziger Feta. Ein knuspriges Gedicht frisch aus dem Ofen!

Was du von uns bekommst

- 1 Zucchini
- 1 Becher Tomaten-Oliven-Pesto
- 1 Paprika
- 1 Zwiebel
- 1 Pck. Flammkuchenteig ¹
- 50g Feta ²

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- Küchenreibe

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

Allergene

Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2).

Nährwertangaben pro Portion

Energie 568kcal, Fett 18.8g,
Kohlenhydrate 76.3g, Eiweiß 18.1g



1. Zucchini reiben

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Zucchini** grob reiben und mit dem **Pesto** vermengen.



2. Gemüse schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und grob würfeln.



3. Flammkuchen belegen

Den **Teig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen. Den **Zucchini-Pesto-Mix** gleichmäßig bis zum Rand darauf verteilen. Den **Flammkuchen** mit der **Paprika** und den **Zwiebeln** belegen und mit Salz und Pfeffer würzen.



4. Flammkuchen backen

Den **Flammkuchen** im Ofen 9-12Min. backen, bis der **Teig** an den Rändern leicht knusprig und in der Mitte durchgebacken ist. Die **Paprika** sollte leicht bräunen.



5. Anrichten und servieren

Den **Feta** zerkrümeln. Den **Flammkuchen** in Stücke schneiden, mit dem **Feta** bestreuen und servieren.



6. Willkommen zur Party

Dieser Flammkuchen ist ein großzügiger Gastgeber und nimmt gerne sämtliche Gemüse- oder sogar Käsereste auf, die im Kühlschrank auf ihre Verwendung warten. Durch seine mediterrane Aufmachung könnten wir uns auch Kapern - falls du sie magst - sehr gut als Topping vorstellen.