MARLEY SPOON



Veganer Kichererbsen-Flammkuchen

garniert mit Ranch-Dressing-Salat

30-40min 4 Portionen

Statt einen Flammkuchen mit Beilagensalat zu servieren, dachten wir uns heute: Warum packen wir den Salat nicht einfach mal obendrauf? Gesagt, getan – und entstanden ist ein knackiges, in cremiges Ranch-Dressing gehülltes Topping, das einfach nur großartig schmeckt. Unser veganer Flammkuchen trumpft mit aromatischen Tomaten und leicht pikanten Kichererbsen auf. Zusammen ergibt das ein herrlich stimmiges Gericht. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 3 Pck. Sriracha-Sauce
- 2 Dosen Bio-Kichererbsen
- 4 Tomaten
- 2 Pck. Flammkuchenteig [1]
- 20g Schnittlauch & Dill
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Pck. Romanasalat
- 2 Lauchzwiebeln

Was du zu Hause benötigst

- 6EL vegane Mayonnaise
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und 2 Backbleche
- mittelgroßer Topf
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Kartoffelstampfer
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Gluten** (1).

Kann Spuren enthalten von: Milch

Nährwertangaben pro Portion
Energie 916kcal, Fett 44.3g, Kohlenhydrate 103.0g, Eiweiß 19.7g



1. Sauce zubereiten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Sriracha-Sauce** und 3EL hellen Essig in einem mittelgroßen Topf mit 2EL Pflanzenöl, 1TL Zucker und ½TL Salz bei mittlerer Hitze ca. 30Sek. verrühren, bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben. Den Topf vom Herd nehmen.



2. Kichererbsen stampfen

Die **Kichererbsen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen, abtropfen lassen und mit etwas Küchenkrepp möglichst trocken tupfen. Die **Kichererbsen** in den Topf zu der **Sauce** geben, dann ca. die **½ der Kichererbsen** mit einem Kartoffelstampfer grob zerdrücken.



3. Flammkuchen backen

Die **Tomaten** fein würfeln. Die **Teige** mit dem Papier nach unten auf zwei Backblechen ausrollen. Mit jeweils 1EL Olivenöl beträufeln, mit je 1 Prise Salz und Pfeffer und den **Tomaten** bestreuen. Mit den **Kichererbsen** belegen, dabei die **zerstampften Kichererbsen** leicht in den **Teig** drücken. Im Ofen in 9–12Min. goldbraun backen, zur Hälfte der Zeit die Position der Bleche tauschen.



4. Dressing vorbereiten

Den **Schnittlauch** und den **Dill** grob schneiden. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls grob schneiden. Die **Zitronenschale** fein abreiben und die **Zitrone** halbieren, **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden.



5. Dressing pürieren

6EL vegane Mayonnaise, die **Kräuter**, den **Knoblauch** und die **Zitronenschale** in einem hohen Gefäß mit **2EL Zitronensaft**, 2EL Pflanzenöl und 2EL Wasser mit einem Stabmixer cremig pürieren. Das **Dressing** nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen.



6. Salat zubereiten

Den **Romanasalat** in dünne Streifen schneiden, dabei den harten Strunk entfernen. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden und mit dem **Romanasalat** und der **½ des Dressings** vermengen. Die **Kichererbsen-Flammkuchen** in Stücke schneiden und den **Salat** darauf anrichten. Mit dem **restlichen Ranch-Dressing** beträufeln und mit den **Zitronenspalten** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**