

Elsässer Flammkuchen mit Speck dazu Nüsslisalat mit Preiselbeer-Dressing

Family Klimaheld 25 – 35 Minuten • 785 kcal • Tag 3 kochen

30



frischer Flammkuchenteig



Frühstücksspeck gewürfelt



rote Zwiebel



Schnittlauch



Wildpreiselbeerenkonfi



saurer Halbrahm
aus Saland



Balsamicocrema



Reibekäse aus Saland



Pflücksalat

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Salz*, Pfeffer*, Olivenöl*, Wasser*

Kochutensilien

1 Backblech und 1 grosse Schüssel

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
frischer Flammkuchenteig 15)	1 x 260 g	2 x 260 g
Frühstücksspeck gewürfelt	1 x 90 g	2 x 90 g
rote Zwiebel	1 x 80 g	2 x 80 g
Schnittlauch	1 x 10 g	1 x 10 g
Wildpreiselbeerenkonfi	1 x 25 g	1 x 50 g
saurer Halbrahm aus Saland 7)	1 x 100 g	2 x 100 g
Balsamicocreme 14) 15)	1 x 12 g	2 x 12 g
Reibkäse aus Saland 7)	1 x 50 g	1 x 100 g
Pflücksalat	1 x 100 g	2 x 100 g

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 370 g)
Brennwert	879 kJ/ 210 kcal	3285 kJ/ 785 kcal
Fett	10.7 g	40.1 g
- davon ges. Fettsäuren	3.2 g	12 g
Kohlenhydrate	20.4 g	76.1 g
- davon Zucker	3.6 g	13.6 g
Eiweiss	7.3 g	27.3 g
Salz	1.19 g	4.43 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Massgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 7) Milch (einschliesslich Laktose)

14) Schwefeldiooxide und Sulfite **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)



Zu Beginn

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Zwiebel abziehen, halbieren und in dünne Streifen schneiden.



Teig bestreichen

Flammkuchenteig auf einem mit Backpapier belegten Backblech ausrollen und mit **Saurer Halbrahm** bestreichen, dabei einen ca. 1 cm breiten Rand lassen.



Teig backen

Zwiebelstreifen und **Speck** auf dem **Teig** verteilen und mit **Reibkäse** bestreuen.

Flammkuchen nach Geschmack mit ein wenig **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

Auf der mittleren Schiene des Ofens 13 – 15 Min. knusprig überbacken.



Für den Salat

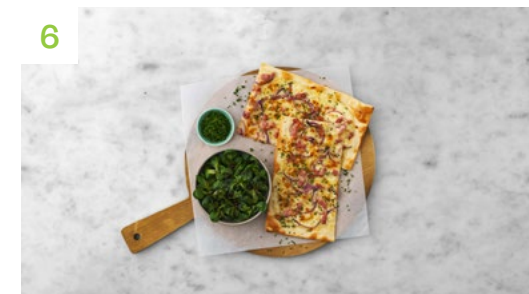
In einer grossen Schüssel **Wildpreiselbeerkonfi**, **Balsamicocrème**, 1 EL [2 EL] **Olivenöl*** und 1 EL [2 EL] **Wasser*** zu einem **Dressing** verrühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Schnittlauch schneiden

Schnittlauch in dünne Ringe schneiden.

Tipp: Wenn es mal schnell gehen muss, kannst Du den **Schnittlauch** auch ganz flott mit einer Schere in Röllchen schneiden.



Anrichten

Flammkuchen nach der Garzeit aus dem Ofen nehmen, in Stücke schneiden und auf dem Teller verteilen.

Mit **Schnittlauch** garnieren und zusammen mit dem **Nüsslisalat** geniessen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über <http://www.hellofresh.ch/freunde> ein!

