

# Flammkuchen mit Pflaumen, Bacon & Camembert

dazu frischer Salat

Family **wenig Vorbereitung** 30 – 40 Minuten • 939 kcal • Tag 3 kochen

28



-  frischer Flammkuchenteig
-  Bacon (Streifen)
-  Camembert
-  Salat Herz (Romana)
-  rote Zwiebel
-  getrocknete Pflaumen
-  Schmand
-  Feigenrelish

# Los geht's

Wasche den Salat ab.

## \*Basiszutaten aus Deiner Küche

Salz\*, Olivenöl\*, Pfeffer\*, Weißweinessig\*, Zucker\*

## Kochutensilien

1 Backblech und 1 große Schüssel

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frischer Flammkuchenteig <b>15)</b>	260 g	390 g**	520 g
Bacon (Streifen)	80 g	100 g	160 g
Camembert <b>7)</b>	125 g	125 g	250 g
Salatherz (Romana)	1	2	2
rote Zwiebel <b>DE   NL   EG</b>	1	1	2
getrocknete Pflaumen	40 g	60 g	80 g
Schmand <b>7)</b>	100 g	150 g**	200 g
Feigenrelish	50 g	75 g**	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. 430 g)
Brennwert	913 kJ/218 kcal	3927 kJ/939 kcal
Fett	10,677 g	46,1 g
– davon ges. Fettsäuren	5,3 g	22,8 g
Kohlenhydrate	22,2 g	95,4 g
– davon Zucker	7,4 g	31,7 g
Eiweiß	7,4 g	31,8 g
Salz	1,06 g	4,55 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) **15)** Weizen

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

**Ursprungsländer: DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten



## 1 Ofen vorheizen

Heize den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (180 °C Umluft) vor.



## 2 Zutaten schneiden

**Flammkuchenteig** mit Papier auf einem Backblech (2 Backbleche für 3 und 4 Personen) ausbreiten.

**Camembert** in 0,5 cm Scheiben schneiden.

**Trockenpflaumen** grob hacken.

**Zwiebel** halbieren und in feine Streifen schneiden.



## 3 Flammkuchen belegen

In eine große Schüssel 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Schmand** geben und beiseite stellen.

**Flammkuchenteig** gleichmäßig mit restlichem **Schmand** und **Feigenrelish** bestreichen und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.

**Teig** mit **Zwiebel**, **Bacon**, **Trockenpflaumen** und **Camembert** belegen.



## 4 Flammkuchen backen

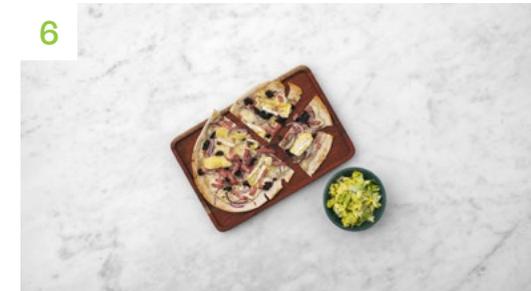
Belegten **Flammkuchen** im Backofen 15 – 20 Min. auf der untersten Schiene knusprig backen.



## 5 Für den Salat

In der großen Schüssel **Schmand** mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl\***, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Weißweinessig\***, **Salz\***, **Pfeffer\*** und 1 Prise **Zucker\*** verrühren.

**Romanasalat** in 1 cm Streifen schneiden und mit dem **Dressing** vermengen.



## 6 Anrichten

**Flammkuchen** portionieren und auf Teller verteilen. **Salat** dazu anrichten und genießen.

**Guten Appetit!**

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!

<http://www.hellofresh.de/freunde>

