

Flammkuchen mit Camembert

dazu Salat mit Birne, Haselnüssen & Preiselbeer-Dressing

Vegetarisch Family Thermomix hilft • 938 kcal • Tag 5 kochen

17



Flammkuchenteig



Schmand



Petersilie glatt



Thymian



rote Zwiebel



Camembert



Haselnüsse



Wildpreiselbeermarmelade



Rotweinessig



Birne



Feldsalat



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

thermomix

🕒 15 [15 | 20] Min.

🕒 30 [30 | 30] Min.

Gut im Haus zu haben

Salz*, Pfeffer*, Olivenöl*, Wasser*

Los geht's

Wasche Obst, Salat und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

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

Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech, 1 kleine Pfanne und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Flammkuchenteig 15)	280 g	420 g**	560 g
Schmand 7)	150 g	225 g**	300 g
Petersilie glatt/Thymian	10 g	10 g	10 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	1	2
Camembert 7)	1	1,5**	2
Haselnüsse 23)	20 g	20 g	40 g
Wildpreiselbeermarmelade	25 g	25 g	50 g
Rotweinessig 14)	12 ml	12 ml	24 ml
Birne NL BE ES	1	1	2
Feldsalat	75 g	100 g	150 g
Wasser*, Olivenöl*	Angaben im Text		
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

*Gut, im Haus zu haben

**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. 510 g)
Brennwert	771 kJ/184 kcal	3927 kJ/938 kcal
Fett	8,53 g	43,45 g
– davon ges. Fettsäuren	2,67 g	13,60 g
Kohlenhydrate	17,90 g	91,22 g
– davon Zucker	4,42 g	22,54 g
Eiweiß	5,05 g	25,75 g
Salz	0,705 g	3,593 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)** Schwefeldioxid und Sulfite **15)** Weizen **23)** Haselnüsse

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten **BE:** Belgien **ES:** Spanien



Flammkuchen vorbereiten

Petersilien- und **Thymianblätter** abzupfen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Schmand, Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben und **10 Sek./Stufe 3** vermischen.

Flammkuchenteig mit Backpapier auf einem Backblech ausbreiten. **Flammkuchenteig** mit **Kräuterschmand** bestreichen.



Zwiebel & Camembert

Rote Zwiebel abziehen, halbieren, in den Mixtopf geben, **4 Sek./Stufe 5** zerkleinern und auf dem **Schmand** verteilen.

Camembert in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und **Flammkuchen** mit **Camembertscheiben** belegen.

Tipp: Das gelingt Dir am besten, wenn der **Camembert** noch kalt ist.

Flammkuchen auf der untersten Schiene für 10 – 15 Min. im Backofen knusprig backen und Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



Haselnüsse zerkleinern

Mixtopf spülen und trocknen.

Haselnüsse in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 5** zerkleinern, in eine kleine Pfanne umfüllen und bei kleinster Hitze rösten, bis sie leicht gebräunt sind.



Für den Salat

Birne längs vierteln, Kerngehäuse ausschneiden und in den Mixtopf geben.

Wildpreiselbeermarmelade, Rotweinessig, 30 g [45 g | 60 g] Wasser*, 10 g [15 g | 20 g] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 4** vermischen. **Birne-Preiselbeer-Dressing** in eine große Schüssel umfüllen.



Salat vollenden

Feldsalat mit in die große Schüssel zum **Dressing** geben, aber erst direkt vor dem Servieren unterheben, damit Dein **Salat** knackig bleibt. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Anrichten

Flammkuchen aus dem Backofen nehmen, kurz abkühlen lassen, in Stücke schneiden und auf Tellern anrichten.

Salat mit gehackten **Haselnüssen** bestreuen und zusammen 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>

