



Flammkuchen mit Camembert,

dazu Feldsalat mit Birne und Preiselbeerdressing



HELLO SENF

Echt gesund: Ein Umschlag aus zerstoßenen Senfkörnern, vermischt mit Wasser, hilft laut Volksmund bei steifem Hals, Hexenschuss oder kalten Füßen.



- Flammkuchenboden
- Crème fraîche
- Camembert
- Haselnüsse
- rote Zwiebel
- Senfsaat
- Petersilie
- Wildpreiselbeermarmelade
- Feldsalat
- Birne
- Thymian
- Weißweinessig

- 15 [15|20] Min.
- 30 [30|30] Min.
- Stufe 1
- Thermomix hilft
- Veggie
- leichter Genuss

Flammkuchen waren früher Mittel zum Zweck, um Brotbäckern ein Gefühl für die richtige Temperatur ihres Backofens zu geben. Bestimmt ein gelungener Vorwand, um die knusprigen Leckerbissen öfter genießen zu können. Dazu sagen wir auch nicht Nein und schicken Dir die Zutaten für einen Flammkuchen mit cremig-würzigem Camembert-Topping. Dazu gibt es einen frischen Salat mit Birnenstücken, gehackten Haselnüssen und einem Preiselbeer-Senf-Dressing.



Wasche **Obst** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 Backblech**, **1 große Schüssel** und **1 kleine Pfanne**.



1 FLAMMKUCHEN VORBEREITEN

Heize den Backofen auf **230 °C** Ober-/Unterhitze (**210 °C** Umluft) vor.

Petersilien- und **Thymianblätter** abzupfen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Crème fraîche**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf zugeben und **10 Sek./Stufe 3** vermischen. **Flammkuchenteig** mit Backpapier auf einem Backblech ausbreiten. **Flammkuchenboden** mit der **Kräuter-Crème-Fraîche** bestreichen.



4 FÜR DEN SALAT

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

Wildpreiselbeermarmelade, **Senfsaat**, **Weißweinessig**, **Wasser*** und **Olivöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 4** vermischen.



2 ZWIEBEL & CAMEMBERT

Rote Zwiebel abziehen, halbieren, in den Mixtopf geben, **4 Sek./Stufe 5** zerkleinern und auf dem **Flammkuchen** verteilen. **Camembert** in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und **Flammkuchen** mit **Camembertscheiben** belegen. **★TIPP:** *Der Camembert lässt sich am besten schneiden, wenn er noch kalt ist.* **Flammkuchen** für 10 - 15 Min. im Backofen knusprig backen und währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



5 SALAT VOLLENDEN

Birne-Preiselbeer-Dressing in eine große Schüssel umfüllen.

Feldsalat mit in die große Schüssel zu den **Birnen** geben, aber erst direkt vor dem Servieren unterheben, damit der **Feldsalat** knackig bleibt.

Nach Geschmack mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



3 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.



6 ANRICHTEN

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

Salat mit gehackten **Haselnüssen** bestreuen und zusammen mit dem **Flammkuchen** genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
frischer Flammkuchenteig 1) 5)	1	1 ½	2
Crème fraîche 5)	150 g	225 g	300 g
Petersilie/Thymian	5 g	7 ½ g	10 g
rote Zwiebel DE	1	1	2
Camembert 5)	1	1 ½	2
Haselnusskerne 7)	20 g	30 g	40 g
Wildpreiselbeermarmelade	25 g	25 g	50 g
Senfsaat 4)	1 g	1 g	2 g
Weißweinessig 1) 11)	12	12	24
Birne NL BE	1	1	2
Feldsalat	75 g	100 g	150 g
Olivöl*	1 EL	1 ½ EL	2 EL
Wasser*	3 EL	4 ½ EL	6 EL
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	100 g	PORTION (ca. 500 g)
Brennwert	777 kJ/186 kcal	3.701 kJ/885 kcal
Fett	10 g	49 g
- davon ges. Fettsäuren	6 g	26 g
Kohlenhydrate	17 g	83 g
- davon Zucker	4 g	21 g
Eiweiß	6 g	28 g
Ballaststoffe	1 g	6 g
Salz	1 g	4 g

ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 4) Senf 5) Milch 7) Schalenfrüchte
11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!