

Spanischer Flammkuchen mit Chorizo dazu Pimientos de Padrón

10 Min. Vorbereitung 30 – 40 Minuten • 921 kcal • Tag 5 kochen



-  frischer Flammkuchenteig
-  Chorizo
-  Pimientos de Padrón
-  Schmand
-  junger Gouda, gerieben
-  rote Zwiebel
-  Mayonnaise
-  Knoblauchzehe
-  Petersilie, glatt
-  Naturjoghurt



Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Salz*, Pfeffer*, Olivenöl*

Kochutensilien

2 Backblech, 1 Auflaufform, 1 Knoblauchpresse und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frischer Flammkuchenteig 15)	260 g	390 g**	520 g
Chorizo 7) 11)	80 g	120 g	160 g
Pimientos de Padrón	200 g	300 g**	400 g
Schmand 7)	1 g	1,5 g**	2 g
junger Gouda, gerieben 7)	50 g	75 g	100 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	1,5**	2
Mayonnaise 8) 9)	25 g	50 g	50 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Petersilie, glatt	10 g	10 g	10 g
Naturjoghurt 7)	75 g	100 g	150 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. 460 g)
Brennwert	839 kJ/200 kcal	3855 kJ/921 kcal
Fett	12,2 g	56,2 g
– davon ges. Fettsäuren	5,1 g	23,5 g
Kohlenhydrate	15,9 g	73,1 g
– davon Zucker	2,7 g	12,6 g
Eiweiß	7 g	32,3 g
Salz	1,12 g	5,15 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) **8)** Eier **9)** Senf **11)** Soja **15)** Weizen

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

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



1 Ofen vorheizen

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



2 Kleine Vorbereitung

Zwiebel in feine Ringe schneiden.

Chorizo in kleine Würfel schneiden.

Petersilienblätter fein hacken.



3 Flammkuchen belegen

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

Flammkuchenteig gleichmäßig mit dem **Schmand** bestreichen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

Dann mit **Zwiebelringen**, **Chorizowürfeln** und **geriebenem Käse** bestreuen.



4 Pimientos de Padrón würzen

In einer Auflaufform die **Pimientos de Padrón** mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** vermengen und großzügig mit **Salz*** würzen.

Flammkuchen auf der mittleren Schiene und **Pimientos de Padrón** auf der untersten Schiene im Backofen 12 – 16 Min. backen.

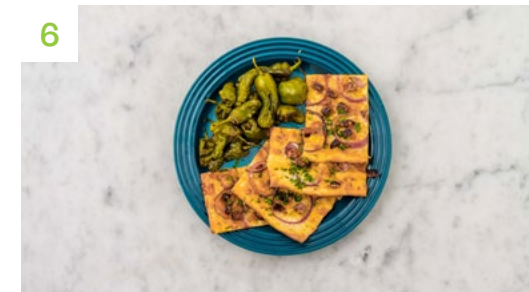
Tipp: Wenn Du Dir die typische Bräune auf den Pimientos wünschst, schalte den Backofen, nachdem Du den Flammkuchen aus dem Ofen geholt hast, für ca. 2 – 5 Min. auf die Grillfunktion.



5 Währenddessen

Knoblauch abziehen, in eine kleine Schüssel pressen und mit **Joghurt**, **Mayonnaise** und der Hälfte der gehackten **Petersilie** verrühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Tipp: Wenn Dir roher Knoblauch zu scharf ist, kannst Du die ungeschälte Zehe auch vorher für ca. 10 Min. mit in den Backofen geben.



6 Anrichten

Flammkuchen aus dem Ofen nehmen, mit der restlichen **Petersilie** garnieren, portionieren und auf Teller verteilen.

Pimientos de Padrón dazureichen und mit dem **Dip** 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>

