



# FLAMMKUCHEN MIT CAMEMBERT, Porree und Apfel-Feldsalat

SPECIAL



Flammkuchenteig



saure Sahne



Petersilie



Thymian



Camembert



Walnüsse



Wildpreiselbeermarmelade



körniger Senf



Apfel



Feldsalat



Porree



Worcestersoße

15 [15 | 20] Min. 30 [30 | 30] Min.

Stufe 1

Thermomix hilft

Veggie

thermomix

# LOS GEHT'S

Wasche **Obst, Salat** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken.  
 Heize den **Backofen** auf **230 °C** Ober-/Unterhitze (**210 °C** Umluft) vor.  
 Neben dem **Thermomix®** benötigst du **1 Backblech** und **1 große Schüssel**



## 1 FLAMMKUCHEN VORBEREITEN

**Petersilien-** und **Thymianblätter** abzupfen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Saure Sahne, Worcestersoße, Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf zugeben und **10 Sek./Stufe 3** vermischen.  
**Flammkuchenteig** mit Backpapier auf einem Backblech ausbreiten und mit dem **Saure-Sahne-Mix** bestreichen.



## 4 FÜR DEN SALAT

**Apfel** vierteln, Kerngehäuse heraus schneiden und **Apfelviertel** in den Mixtopf geben. **Wildpreiselbeermarmelade, körnigen Senf**, 10 g [15 g | 20 g] **Essig\***, 30 g [45 g | 60 g] **Wasser\*** und 10 g [15 g | 20 g] **Olivöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 4** mischen.



## 2 ZWIEBEL UND CAMEMBERT

**Porree** längs halbieren, waschen und in feine Halbmonde schneiden.  
**Camembert** in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.  
**★ TIPP:** Das Schneiden des Camemberts gelingt am besten, wenn der Käse noch kalt ist.  
**Flammkuchen** mit **Porreestreifen, Camembertscheiben** und **Walnüssen** belegen.



## 5 SALAT VOLLENDEN

**Apfel-Preiselbeer-Dressing** in eine große Schüssel umfüllen. **Feldsalat** in die große Schüssel zu den **Äpfeln** geben, aber erst direkt vor dem Servieren unterheben, damit der **Salat** knackig bleibt. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 3 FLAMMKUCHEN BACKEN

**Flammkuchen** mit **Pfeffer\*** und **Salz\*** würzen und auf der mittleren Schiene im Backofen 15 – 18 Min. knusprig backen.  
 Währenddessen mit der Zubereitung fortfahren.



## 6 ANRICHTEN

**Flammkuchen** aus dem Backofen nehmen, kurz abkühlen lassen, in Stücke schneiden und auf Tellern anrichten. Zusammen mit dem **Salat** genießen.

**Guten Appetit!**

# 2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Flammkuchenteig 1)	1	1½ ☉	2
saure Sahne 5)	150 g	225 g ☉	300 g
Worcestersoße	8 ml	8 ml	8 ml
Petersilie glatt/Thymian	10 g	10 g	10 g
Porree DE	1	1 (groß)	2 g
Camembert 5)	1	1½ ☉	2
Walnüsse 7)	20 g	20 g	40 g
Wildpreiselbeermarmelade	25 g	25 g	50 g
körniger Senf 4)	17 g	17 g	34 g
Apfel DE	1	1	2
Feldsalat	75 g	100 g	150 g
Wasser* für Schritt 4	30 g	45 g	60 g
Essig* 1) 11) für Schritt 4	10 g	15 g	20 g
Öl* für Schritt 4	10 g	15 g	20 g
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. 550 g)
Brennwert	668 kJ/160 kcal	3.665 kJ/876 kcal
Fett	7,45 g	40,88 g
– davon ges. Fettsäuren	2,90 g	15,93 g
Kohlenhydrate	16,91 g	92,74 g
– davon Zucker	4,81 g	26,41 g
Eiweiß	5,18 g	28,41 g
Salz	0,760 g	4,167 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

1) Glutenhaltiges Getreide 4) Senf 5) Milch 7) Schalenfrüchte

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

### URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland

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

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de  
 AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at