

DINNERLY



Flammkuchen met gekaramelliseerd spek en een frisse appelsalade



30-40min



2 personen

Flammkuchen of tarte flambée is een traditionele specialiteit uit het grensgebied tussen Duitsland en Frankrijk. De naam is misleidend, want het is geen koek of taart en het wordt ook niet geflambeerd. We eten vandaag een dunne krokante deegbodem uit de oven, met daarop bechamelsaus en gekaramelliseerd spek. Daarbij serveren we een frisse salade met appel. Wat een perfect gerecht voor een warme zomeravond!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 rode ui
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 1 rol flammkuchendeeg ¹
- 1x gerookt spek
- 100g lollo rosso
- 1 appel

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 100ml melk ⁷
- 1el boter ⁷
- 1½tl honing
- 2el balsamicoazijn ¹⁷
- ½tl bloem ¹
- peper en zout
- plantaardige olie

KOOKGEREI

- oven met bakplaat
- kleine kookpan
- garde
- maatbeker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), melk (7), sulfieten (17). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 949kcal, vet 61.4g, koolhydraten 75.5g, eiwit 20.4g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Pel en halveer de **ui** en snij 'm in dunne reepjes. Pel en snij 1 teen knoflook fijn. Verhit een kleine kookpan met 1tl plantaardige olie en fruit de **ui** en knoflook 2-3min op middelhoog vuur.



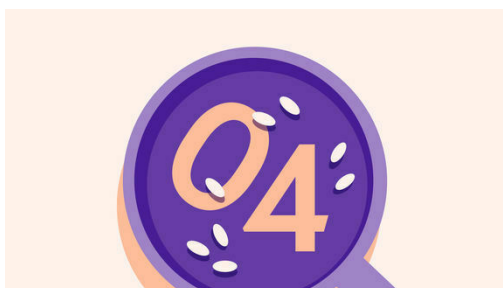
2. Bechamelsaus maken

Voeg 1el boter en 1/2tl bloem toe aan de pan en roer ca. 30sec. Doe dan 100ml melk erbij en roer glad met een garde. Breng de **sous** aan de kook en laat 2-3min borrelen. Voeg de **crème fraîche** toe en laat nog eens 2-3min zachtjes koken, tot de **sous** zacht en romig is. Kruid met een flinke snuf peper en zout.



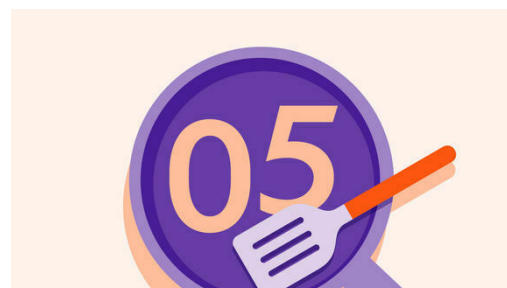
3. Flammkuchen beleggen

Rol het **flammkuchendeeg met papier** uit op een bakplaat. Bestrijk gelijkmatig met de **sous met ui**. Scheur het **spek** in grote stukken en verdeel over het **deeg**. Druppel naar smaak ca. 1tl honing over het **spek** en bestrooi de **flammkuchen** met peper.



4. Flammkuchen bakken

Bak de **flammkuchen** 6-8min. Schakel dan de grillfunctie in en bak nog eens 5min tot het **spek** krokant gebakken is en de randen goudbruin zijn. Snij de **sla** in grove stukken. Snij de **appel** in vieren, verwijder het klokhuis en snij in dunne plakjes.



5. Salade maken en serveren

Maak een **dressing** van 1-2el plantaardige olie, 2el (balsamico)azijn, 1/2tl honing en een snuf peper en zout. Meng deze **dressing** met de **sla** en **appel**. Snij de **flammkuchen** in stukken en zet op een bord of houten plank op tafel. Serveer met de **salade**.



6. Maar dan met walnoten!

Romig, zoutig en met knapperige randen. Wil je nog wat extra crunch toevoegen? Strooi dan voor het bakken een handje walnoten over de flammkuchen. Die rijke smaak past goed bij deze ingrediënten.