

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. Het perfecte gerecht voor een ontspannen avond. Eet smakelijk!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 rode ui
- 1 kuipje crème fraîche ²
- 1 rol flammkuchendeeg ¹
- 1 pakje gerookt spek
- 100g lollo rosso
- 1 appel

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 100ml melk ²
- 1el boter ²
- 1½tl honing
- ½tl bloem ¹
- peper en zout
- plantaardige olie
- balsamicoazijn ³

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 (2), Zwaveldioxide en Sulfieten (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 975kcal, vet 60.8g, koolhydraten 82.6g, eiwit 21.2g



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 in dunne reepjes. Pel 1 teen knoflook en snij fijn. Verhit een kleine kookpan op medium vuur met 1tl plantaardige olie en fruit de **ui** en knoflook 2-3min.



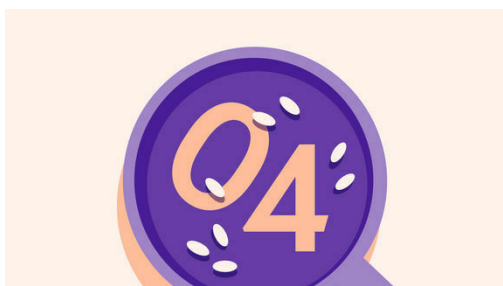
2. Bechamelsaus maken

Voeg 1el boter en ½tl 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 **deeg met papier** uit op een bakplaat. Bestrijk gelijkmatig met de **ui met sous**. 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 indien mogelijk 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

Klop een **dressing** van 2el plantaardige olie, 2el balsamicoazijn, ½tl honing en een snuf peper en zout. Meng de **dressing** met de **sla** en **appel**. Snij de **flammkuchen** in stukken en 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.