

DINNERLY



Flammkuchen met courgette en prei met zongedroogde tomaten



20-30min



2 personen

Noem het pizza, tarte flambée of flammkuchen. De naam doet er niet toe – wij zijn er dol op! En onze chef Natalie heeft een heel lekkere versie voor ons ontwikkeld. Een basis van crème fraîche en gedroogde tomaten, met daar bovenop courgette, prei en... nog meer tomaten! We kunnen niet wachten tot ie uit de oven komt.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 courgette
- 1 prei
- 40g gedroogde tomaten
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 1 rol flammkuchendeeg ¹
- 1 blokje harde kaas ^{3,7}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- suiker
- olijfolie

KOOKGEREI

- oven met bakplaat
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp

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

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 673kcal, vet 38.3g, koolhydraten 61.3g, eiwit 16.6g



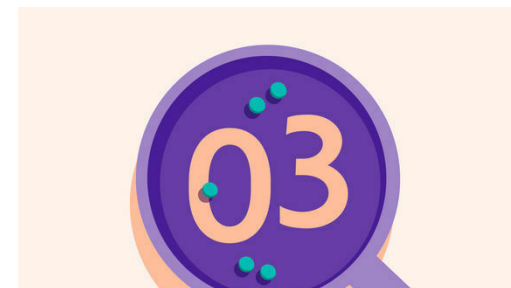
1. Groenten snijden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Snij de **courgette** in dunne plakjes. Snij de **prei** in dunne ringen, was ze grondig en laat ze even uitlekken. Snij de **gedroogde tomaten** in heel dunne reepjes. Pel en snij 1 teen knoflook fijn.



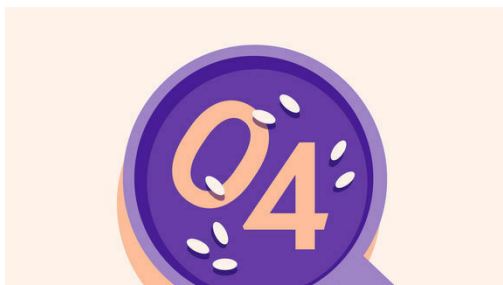
2. Groenten bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1el olijfolie. Bak de **courgette** en **prei** ca. 4min op middelhoog vuur. Kruid met peper, zout en een snufje suiker.



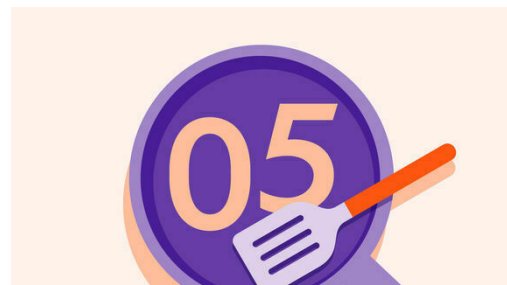
3. Crème fraîche-saus maken

Meng de **crème fraîche** met **3/4e van de gedroogde tomaten** en de knoflook. Breng op smaak met peper en zout.



4. Flammkuchen bakken

Rol het **flammkuchendeeg** met **papier** uit op een bakplaat. Bestrijk het **deeg** met de **crème fraîche-saus** en laat hierbij rondom een rand van ca. 1cm vrij. Beleg het **deeg** met de **courgette** en **prei** en bak 12min in de oven. Verdeel dan de **rest van de gedroogde tomaten** over de **flammkuchen** en bak nog eens 3-8min tot de randen goudbruin en knapperig zijn.



5. Snijden en serveren

Rasp de **kaas** fijn. Haal de **gebakken flammkuchen** uit de oven en bestrooi met de **gerasppte kaas**. Snij de **flammkuchen** in stukken en serveer.



6. Een beetje citroenrasp

Om een fris-zure noot aan het gerecht toe te voegen kun je wat geraspte citroenschil door de crème fraîche roeren. Zorg dan wel dat je een biologische citroen gebruikt of de schil eerst goed schrobt met warm water.