

Flammkuchen mit Spargel & Speck

Bio Kochbox KW 18



Flammkuchen mit Spargel & Speck



MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

- 2-3 Flammkuchen Böden
- 150 g Crème fraîche
- 250 g grüner Spargel
- 80 g Speckwürfel
- 1 Zwiebel

Eigener Vorrat:

- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Backofen auf 220°C vorheizen. Spargel waschen, die holzigen Enden abbrechen und in dünne Stücke schneiden, Zwiebel in Ringe schneiden. Teig mit Crème fraîche bestreichen. Spargel, Speck und Zwiebeln darauf verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 12–15 Minuten backen, bis der Rand knusprig ist.