

Fenchel- **Flammkuchen**

Bio Kochbox KW 27



Fenchel-Flammkuchen



Für 2 Portionen:

- 300 g Fenchel
- 125 g Zucchini
- ¼ (ca. 175 g) Spitzkohl
- 1 kl. rote Zwiebeln
- 2 Nektarinen
- ½ Becher Schmand
- ½ EL Tomaten-Paprika-Mark
- ½ Camembert
- ½ Packungen Flammkuchen

Für 4 Portionen:

- 600 g Fenchel
- 250 g Zucchini
- ½ (ca. 350 g) Spitzkohl
- 1 rote Zwiebeln
- 4 Nektarinen
- 1 Becher Schmand
- 1 EL Tomaten-Paprika-Mark
- 1 Camembert
- 1 Packungen Flammkuchen

Eigener Vorrat

- Salz, Pfeffer
- 4 EL Öl

Zubereitung:

Den Ofen nach Packungsanweisung für den Flammkuchen vorheizen. Das Gemüse waschen. Fenchel, Zucchini und Zwiebel putzen und in sehr dünne Scheiben hobeln. Spitzkohl in sehr feine Streifen schneiden. Nektarinen waschen und in Spalten vom Stein schneiden. Schmand, Rapsöl und Tomaten-Paprika-Mark miteinander verrühren und mit Salz abschmecken. Den Käse in Scheiben schneiden.

Die Flammkuchen gleichmäßig mit der Schmandcreme bestreichen und mit Gemüse, Zwiebelringen, Nektarinenspalten und Käse belegen. Portionsweise im heißen Ofen ca. 5 Minuten backen, bis der Käse geschmolzen ist und die Flammkuchen goldbraun knusprig sind.