

MARLEY SPOON



Deftige Lauch-Tarte

mit Hackfleisch und Rucola



30-40min



3-4 Personen

Heute gibt es Flammkuchen à la Marley Spoon! Dafür braten wir würziges Hackfleisch in der Pfanne und geben es mit saftigem Lauch auf den Flammkuchenteig. Dazu ein knackiger Rucolasalat und es kommen alle auf ihre Kosten!

Was du von uns bekommst

- Lauch
- Rinderhackfleisch
- „German Allrounder“-Gewürzmischung
- mittelscharfer Senf ¹⁰
- Flammkuchenteig ¹
- Crème fraîche ⁷
- Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backblech
- Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 840kcal, Fett 46.4g, Kohlenhydrate 65.3g, Eiweiß 39.0g



1. Lauch schneiden

Den Backofen auf 200°C Umluft oder 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den **Lauch** putzen, längs halbieren, gut waschen und in sehr dünne Streifen schneiden.



4. Teig vorbacken

Mit einer Gabel Löcher in den **Teig** stechen und den **Teig** ca. 3-4Min. im Ofen vorbacken, bis er leicht zu bräunen beginnt.



2. Hackfleisch braten

Das **Hackfleisch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze ca. 2-3Min. anbraten, dann mit der „**German Allrounder**“-Gewürzmischung, Salz und Pfeffer würzen.



5. Tarte belegen

Den **Teig** nun mit der **Crème fraîche** bestreichen, dann mit dem **geschnittenen Lauch** belegen und ca. 15-20Min. im Ofen backen. Ca. 5Min. vor Backende das **Hackfleisch** gleichmäßig auf dem **Lauch** verteilen und mitbacken.



3. Teig ausrollen

Währenddessen die **Flammkuchenteige** mit dem Papier nach unten auf zwei Backblechen ausrollen.



6. Salat zubereiten

Inzwischen aus dem **Senf**, 2EL Olivenöl, 2-3EL Essig, 1EL Wasser und Salz ein **Dressing** rühren. Den **Rucola** einmal durchschneiden und mit dem **Dressing** vermischen. Einen Teil des **Rucolas** auf dem **Flammkuchen** verteilen, den **übrigen Salat** zum **Flammkuchen** servieren.