



Witlofflamkuchen en ham

en een sinaasappel-rucolaslaasje



20-30min



2 personen

Witlof, of Brussels loof, werd in de 19e eeuw voor het eerst verkocht in de Belgische hoofdstad. Sindsdien heeft deze groente haar plek in de keuken meer dan veroverd. Het meest bekend is deze witte groente dankzij de traditionele ham-kaas-lof-combinatie. Daarom geven we de witlof vandaag een upgrade op deze flammkuchen met kaassaus en hesp. Erbij een frisse salade met sinaasappel. Alle lof voor dit gerecht!

Wat je van ons krijgt

- 2x witlof
- 1 pakje melk ⁷
- 1 zakje geraspte jong beleggen kaas ⁷
- 1 sachet gemalen nootmuskaat
- 1 rol flammkuchendeeg ¹
- 1x plakjes schouderham ^{1,3,6,7,10}
- 1x rucola
- 1 sinaasappel

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- boter of olie
- azijn
- bloem ¹

Kookgerei

- oven
- bakplaat
- garde of staafmixer
- grote koekenpan of wok
- zeef
- kleine kookpan

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen.

Voorname­lijk de bladgroenten en slabla­deren kunnen kleine steentjes bevatten.

Kooktip

Dip een lepel helemaal in de saus, draai 'm met de bolle kant naar boven en trek met je vinger een streep door de saus. Blijft de saus zitten en is de streep zichtbaar, dan is de saus klaar.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



1. Witlof bakken

Verwarm de oven voor op 220°C. Snijd de **stronkjes witlof** in de lengte in 4-6 parten. Smelt 1el boter of verhit 1el olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur en voeg de **witlof** met 1/4tl zout toe. Roerbak 3-4min totdat de **groente** zachter is en de **blaadjes** goudbruin beginnen te kleuren. Neem de pan van het vuur.



4. Ham toevoegen

Snijd de **plakjes ham** in reepjes. Neem na 6min de **flammkuchen** uit de oven en verdeel de **hamreepjes** erover. Bak de **flammkuchen** in nog ca. 5min gaar en goudbruin in de oven.



2. Bechamel maken

Smelt 1/2el boter in een kleine kookpan op laag vuur. Voeg 1/2el bloem toe en bak al roerend met een garde 1min. Schenk dan beetje bij beetje de **melk** erbij. Blijf roeren, zodat evt. klontjes oplossen. Breng de **melk** aan de kook en laat 2-3min op laag vuur pruttelen tot de **bechamel** is ingedikt (**zie kooktip, links**).



5. Salade voorbereiden

Was de **rucola** grondig en laat in een zeef uitlekken. Schil de **sinaasappel** en snijd de **partjes** tussen de vliesjes uit. Doe de **sinaasappelpartjes** met het vrijgekomen **sinaasappelsap** en de **rucola** in een kom.



3. Flammkuchen beleggen

Neem de pan van het vuur en roer de **geraspte kaas**, **nootmuskaat** naar wens, 1/4tl zout en een snuf peper door de **bechamel**. Rol het **flammkuchendeeg** met aanklevend bakpapier over een bakplaat uit. Bestrijk het **deeg** met de **kaassaus** en verdeel de **witlof** erover. Bak de **flammkuchen** 8-10min in de oven.



6. Dressing maken

Maak een **dressing** van 2-3tl olijfolie, 1-2tl azijn, 1/4tl zout en een snuf peper en roer dit kort voor het serveren door de **salade**. Snijd de **flammkuchen** in stukken en serveer de **salade** erbij.