



Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG

87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0

Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Bayerischer Flammkuchen mit Obazda

- 1 TL GEFRO Suppe
- 2 Flammkuchenböden, aus dem Kühlregal
- 250 g Camembert
- 150 g Sauerrahm, 20 % Fett
- 100 g körniger Frischkäse, 20 % Fett
- 4 EL helles Bier
- Paprikapulver
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 1 rote Paprika
- Kümmel, ganz
- 2 EL Schnittlauch, fein geschnitten

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Bayerischer Flammkuchen mit Obazda

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 35 Minuten

Nährwerte pro Portion:

22,9 g Fett 50 g Kohlenhydrate 24,4 g Eiweiß 4,1 g Ballaststoffe
512 kcal Brennwert

1 Ofen vorheizen & Obazda zubereiten:

Den Backofen auf 200 °C einstellen.

Die Hälfte des Camemberts in feine Würfel schneiden.

Die andere Hälfte mit einer Gabel zerdrücken.

150 g Sauerrahm, 100 g körnigen Frischkäse und 4 EL helles Bier dazugeben und alles gut verrühren.

Mit 1 TL GEFRO Suppe und etwas Paprikapulver abschmecken.

Die Camembertwürfel untermischen.

2 Gemüse schneiden:

1 Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

1 rote Paprika vierteln, Strunk und Kerne entfernen und in kleine Würfel schneiden.

3 Flammkuchen belegen:

2 Flammkuchenböden mit dem Obazda bestreichen.

Mit Zwiebelstreifen, Paprikawürfeln und etwas Kümmel bestreuen

4 Backen:

Flammkuchen ca. 20 Min. im Ofen goldbraun backen.

5 Anrichten & Servieren:

Die fertigen Flammkuchen mit 2 EL fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen und sofort servieren.

Tipps & Varianten

Tip: Für extra Knusprigkeit den Flammkuchen direkt auf einem Pizzastein backen.

Variante: Wer es herzhafter mag, gibt vor dem Backen ein paar dünne Scheiben Speck oder Schinken dazu.

Nicht vergessen: Der Flammkuchen schmeckt frisch aus dem Ofen am besten - also direkt servieren!