

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

Kürbisflammkuchen mit Feta

- 1 Stück Flammenkuchenteig
- 1 g Zwiebel
- 100 g Schmand
- 200 g Hokkaido-Kürbis
- GEFRO Gemüsebrühe Querbeet
- GEFRO Gewürz Pfeffer
- GEFRO Würzmischung Paprika-Chili
- 100 g Feta

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Kürbisflammkuchen mit Feta

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 30 Minuten

1 Backofen vorheizen: Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

1 Kürbis und Zwiebel vorbereiten:

Den Hokkaido-Kürbis gründlich waschen, entkernen und in möglichst dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und ebenfalls in feine Ringe schneiden.

2 Creme anrühren:

Den Schmand mit 1 TL GEFRO Gemüsebrühe Querbeet verrühren.

3 Flammkuchen belegen:

Den Flammkuchenteig auf einem mit Backpapier belegten Blech ausrollen und mit der Schmandcreme bestreichen. Anschließend die Kürbisscheiben und Zwiebelringe gleichmäßig darauf verteilen.

4 Optional Feta zugeben:

Wer mag, kann jetzt noch etwas Feta über den Flammkuchen bröseln.

5 Backen:

Den Flammkuchen für ca. 15-20 Minuten backen, bis der Teig schön knusprig ist und der Kürbis weich wird.

6 Verfeinern und servieren:

Den fertigen Kürbisflammkuchen mit GEFRO Gewürz-Pfeffer und GEFRO Paprika-Chili toppen, in Stücke schneiden und warm servieren.
Tipps & Varianten Tipp: Wenn du den Kürbis besonders dünn schneidest, wird er im Ofen schön zart und gart gleichmäßig.