

Rezept

Spargel-Lachs-Flammkuchen

Ein Rezept von Spargel-Lachs-Flammkuchen, am 08.09.2024

Zutaten

1 Rezeptmenge Flammkuchenteig	200 g Magerquark
100 g Crème fraîche	1 Eigelb
3 TL Wasabipaste (japanischer grüner Meerrettich; ersatzweise Meerrettich)	Salz
	Pfeffer
500 g grüner Spargel	½ Bund Dill
2 EL Olivenöl	1/2 TL abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
200 g Räucherlachs in Scheiben	Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 795 kcal, 37 g F, 36 g EW, 78 g KH

Zubereitung

1. Teig nach Grundrezept zubereiten und ruhen lassen. Backofen samt Blech auf 250° vorheizen.
2. Inzwischen den Quark mit Crème fraîche, Eigelb und Wasabi glatt rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Spargelstangen waschen, im unteren Drittel schälen und die Enden entfernen. Stangen schräg in ½ cm dicke Scheiben schneiden. Dill waschen, trocken schütteln und die Spitzen fein hacken. Mit Öl und Zitronenschale mischen, salzen.
3. Den Teig vierteln und nacheinander auf je einem leicht bemehlten Stück Backpapier dünn ausrollen. Die anderen Teigstücke dabei abgedeckt lassen, damit sie nicht austrocknen.
4. Den ausgerollten Teig dünn mit einem Viertel der Creme bestreichen. Mit je einem Viertel des Spargels belegen. Samt Backpapier auf das heiße Backblech ziehen und im vorgeheizten Ofen 12 Min. backen. Fertige Flammkuchen mit je einem Viertel der Lachsscheiben belegen, mit Dillöl beträufeln, in Stücke schneiden und sofort servieren.