



Andijvie flammkuchen

met stroperige uien

Wist je dat je andijvie op vele manieren kunt klaarmaken? De bladeren hebben een frisse en licht-bittere smaak en zijn heerlijk rauw te eten vanwege hun knapperigheid. Precies om deze reden wordt andijvie vaak rauw gegeten in een stampot, maar past hij ook perfect in een salade. Vandaag maken we er een plaattaart mee. Het bittertje van de andijvie combineert uitstekend met de zoete uien.

35 min | 719 kcal

*Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website*



BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Flammkuchen	st	1	2	3	4
Rode ui	st	2	4	6	8
Sirop de Liège	st	0.5	1	1.5	2
Andijvie	st	0.5	1	1.5	2
Geraspte oude kaas	g	50	75	100	150
Verse tijm	st	0.25	0.5	1	1

zelf toevoegen:

Olie	el	0.5	1	1.5	2
Boter	el	0.5	1	1.5	2
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht
online met
#ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Verwarm de oven voor op 230 °C en bekleed een bakplaat met bakpapier. Leg het flammkuchendeeg op de bakplaat en bak 3-5 minuten onder in de hete oven. Haal het deeg uit de oven en zet opzij.
2. Pel de uien en snijd in mooie ronde plakken. De uien die uit elkaar vallen snipper je en leg je opzij. Verhit olie in een bakpan en bak de ui plakjes op een hoog vuur kort aan. Temper het vuur en voeg een klontje boter toe. Roer de stroop los met een beetje water, druppel het over de uien en bak nog 5-10 minuten op een laag vuur bruin en zacht.
3. Spoel intussen de andijvie in een bak met koud water, laat daarna heel goed uitlekken (of dep droog) en snijd klein. Verhit olie in een bakpan en bak de gesnipperde ui en de andijvie enkele minuten tot de andijvie enigszins is geslonken. Laat daarna het vocht zoveel mogelijk eruit lopen (gebruik bijvoorbeeld een zeef), schep de kaas erdoor en breng op smaak met zout en peper. Rits de tijm van de takjes en voeg toe.
4. Verdeel de andijvie losjes over de deegbodem en leg de zoete uien erop. Druppel een beetje vocht uit de pan over de flammkuchen en bak nog 10 minuten in de hete oven.

Tip: Ook heel erg lekker met fijngehakte nootjes of amandelschaafsel.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

