



2A Fish

Flammkuchen mit Lachs



Zubereitungszeit
15 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Den Ofen auf 180 °C vorheizen. Den Wrap mit dem Milchaufstrich bestreichen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Die Lachsstücke, Tomate und Oliven darüber verteilen. Den Flammkuchen ca. 8 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Vor dem Servieren mit dem gehackten Dill und den zerrissenen Basilikumblättern bestreuen.

Zutaten

- ☐ 1 PS. food & lifestyle wrap
- ☐ 40-50 g geräucherter Lachs in Stücken
- ☐ 3 schwarze Oliven, halbiert
- ☐ 1 Tomate, in dünnen Scheiben
- ☐ 1 EL Milchaufstrich Kräuter light
- ☐ 30 g geriebener Käse 30+
- ☐ 2 TL frischer Dill, fein gehackt
- ☐ Einige Blätter frisches Basilikum, zerrissen
- ☐ Salz
- ☐ Pfeffer

Nährwerte pro Person

Energie	361 kcal
Kohlenhydrate	5 g
Fett	21 g
Eiweiß	34 g