WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchen-Flammkuchen mit grünem Spargel

Zutaten (für 4 Personen):

400 g Hähnchenfilet (aus deutscher Erzeugung)
800 g Spargel
4 Lauchzwiebeln
2 EL Olivenöl
100 g Tomaten
Salz und Pfeffer
4 frische Flammkuchenböden (18 x 28 cm)
250 g Mascarpone
100 g Parmesan
Kresse

Nährwerte:

Pro Portion ca. 787 kcal, 35 g Fett, 56 g Kohlenhydrate, 45 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 35 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchen-Flammkuchen mit grünem Spargel

Zubereitung:

1. Für den Hähnchen-Flammkuchen die Lauchzwiebeln putzen und in Ringe schneiden, Spargelenden abschneiden. Hähnchenfilets würfeln und mit Spargel in etwas Öl von jeder Seite für 3 bis 5 Minuten scharf anbraten.

2. Tomaten und Lauchzwiebeln hinzugeben und für weitere 3 bis 4 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Flammkuchen mit Mascarpone bestreichen und mit Parmesan bestreuen.

Hähnchen-Flammkuchen mit grünem Spargel

4. Hähnchen-Spargelmischung auf dem Flammkuchen verteilen und für circa 20 Minuten bei 200 Grad backen.

5. Aus dem Ofen nehmen, Hähnchen-Flammkuchen mit Kresse toppen und Stück für Stück genießen!

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchen-Flammkuchen mit grünem Spargel

Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf **www.deutsches-geflügel.de**