

Zutaten:

Für 4 Personen
 2 Flammkuchenteig
 2-3 Süsskartoffel
 3 Karotten
 2 Peperoni
 Oliven
 Cashewnüsse

Swazi Mamma Mamba
 Sauce

Hot Rocks Garlic &
 Onion

Rezept – Idee**Flammkuchen mal anders****Zubereitung:**

Flammkuchenteig auslegen, mit Swazi Mamma Mamba Sauce und etwas Sour Crem bestreichen, auf die Seite stellen. Dann Karotte in lange Streifen 'schälen' und auslegen. Süsskartoffeln, Rübli, Peperoni in Stücke schneiden und auf den Flammkuchen legen. Ein paar Oliven, Cashewnüsse dazu und mit Hot Rocks Garlic & Onion würzen und mit etwas Swazi Mamma Mamba übertröpfeln.

Ab in den Ofen und bei 180 ° ca. 15-20 min backen.

Sauce dazu: halbe halbe Sour Cream und Swazi Mamma Mamba. Fertig. Ach nein, es fehlen noch ein paar kecke Hanfsamen auf der Sauce ;-)

En Guetä!



*Folge dem Fluss und finde das Meer.
 Weisheit der Swahili*

