

# Grundrezept Quark-Öl-Teig

Ein schnell zubereiteter Teig mit Quark für leckere Pizza, fruchtigen Obstkuchen und Gebäck.

etwa 20 Stück



gelingt leicht

bis 20 Minuten



## Zutaten:

### Für das Backblech (40 x 30 cm):

Fett

### Quark-Öl-Teig:

300 g Weizenmehl

3 gestr. TL Dr. Oetker Original Backin

1 Pr. Salz

125 g Speisequark (Magerstufe)

100 ml Milch

100 ml Speiseöl, z. B.

Sonnenblumenöl

Wie mache ich einen einfachen Quark-Öl-Teig?:

## 1 Vorbereiten:

Backblech fetten. Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze etwa 180 °C**

**Heißluft etwa 160 °C**

## 2 Quark-Öl-Teig zubereiten:

Mehl mit Backin in einer Rührschüssel mischen. Übrige Zutaten für den Teig hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) erst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe zu einem glatten Teig verarbeiten (Nicht zu lange kneten, Teig klebt sonst!). Den Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche zu einer Rolle formen. Teig auf dem Backblech ausrollen. Belag nach Belieben zubereiten (z. B. vorbereitetes Obst klein schneiden, auf dem Boden verteilen und mit Streuseln oder einem Guss bedecken oder für einen pikanten Kuchen wie eine Pizza belegen). Das Backblech in den Backofen schieben. Je nach Belag kann die Backzeit etwas variieren.

**Backzeit: etwa 35 Min.**



## Versuchsküche Rezepte und Tipps

Den Kuchen auf dem Backblech auf einem Kuchenrost erkalten lassen (die Pizza warm servieren).

### Tipps aus der Versuchsküche

- Für einen süßen Quark-Öl-Teig, z. B. für einen Obstkuchen 75 g Zucker und 1 Pck. Dr. Oetker Vanillin-Zucker unter den Teig geben.
- Quark-Öl-Teiggebäcke schmecken frisch am besten. Die Gebäcke können aber auch eingefroren werden, dann bei Zimmertemperatur in der Verpackung auftauen lassen.
- Das Rezept zu dem Bild finden Sie unter ["Pizza mit Quark-Öl-Teig"](#).

