

Schnelle Pizza (Ø 28-30 cm)

Eine vegetarische Pizza mit Gemüse und Mozzarella zum Mittag

etwa 4 Stück    gelingt leicht bis 40 Minuten



Zutaten:

Für das Pizza-/Kuchenblech (Ø 28 oder 30 cm):

Fett

Teig:

200 g Weizenmehl
3 gestr. TL Dr. Oetker Original Backin
½ TL Salz
150 g Joghurt
5 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl

Tomatensoße:

30 g Tomatenmark
1 EL Wasser
1 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl
1 TL italienische Kräutermischung, getrocknet
¼ TL Salz
¼ TL Paprikapulver
frisch gemahlener Pfeffer

Belag:

200 g Zucchini
150 g rote Paprikaschoten
2 Frühlingszwiebeln
125 g Mozzarella
Salz
Pfeffer

1 Vorbereiten:

Für den Belag das Gemüse vorbereiten: Zucchini waschen und in Scheiben schneiden. Paprikaschoten putzen und grob würfeln. Frühlingszwiebel waschen und in Ringe schneiden. Mozzarella abtropfen lassen und in kleine Stücke zupfen. Das Pizzablech fetten. Den Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze etwa 200 °C
Heißluft etwa 180 °C

2 Teig:

Mehl mit Backin in einer Rührschüssel mischen. Übrige Zutaten hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) erst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe kurz zu einem glatten Teig verarbeiten. Teig leicht mit Mehl bestreuen, zu einer Kugel formen, auf das Pizzablech legen und in dem Blech flach drücken.

3 Tomatensoße:

Tomatenmark mit Wasser, Öl, Kräutern und Gewürzen anrühren und auf dem Teig so verteilen, dass 1 cm am Rand frei bleibt.



Versuchsküche Rezepte und Tipps

- 4 Den Teig mit dem Gemüse belegen, mit Salz und Pfeffer würzen. Mozzarellastücke darauf verteilen. Blech auf dem Rost in den Backofen schieben.

Einschub: unteres Drittel
Backzeit: etwa 25 Min.

Pizza auf einen Pizzateller geben, in Stücke schneiden (**bei beschichtetem Pizzablech nicht in der Form schneiden!**) und sofort servieren.

Tipps aus der Versuchsküche

- Sie können die Pizza ganz nach Ihrem Geschmack auch anders belegen, z. B. mit Hähnchenbrustaufschnitt, Mais, Cocktailtomaten, Basilikum und geriebenem Gouda.

