

PIZZA MIT GRILLGEMÜSE

Hauptgang



ZUTATEN (2 PIZZEN)

- 300 g Pizzamehl
- 1 TL Salz
- 5 EL Olivenöl
- 150 ml lauwarmes Wasser
- ½ Würfel Frischefe
- 1 Prise Zucker
- 200g passierte Tomaten
- 3 kleine Kartoffel (gegart und geschält)
- 1 kleine Zucchini
- 1 kleine Aubergine
- 200 g Thunfisch
- 200 g Mozzarella
- Salz & Pfeffer
- 2 TL Pizzagewürz

ZUBEREITUNG

1. Für den Teig das Mehl in eine Schüssel füllen. Eine Mulde in das Mehl drücken und dort hinein die Hefe bröseln und das lauwarme Wasser sowie 1 Prise Zucker dazugeben und leicht verrühren. Dann Salz und Olivenöl dazugeben. Gerne auch noch etwas Knoblauchsatz dazugeben.
2. Teig dann kräftig mit den Händen durchkneten bis er sich von den Händen löst. Je nach Bedarf noch etwas Mehl dazugeben. Anschließend an einem warmen Ort ca. 1 1/2 Std. zugedeckt ruhen lassen.

3. Der Teig sollte dann ungefähr auf die doppelte Menge angewachsen sein.
4. Zucchini und Aubergine waschen und in dünne Scheiben schneiden. Auch Kartoffel in Scheiben schneiden. Alles gemeinsam in 3 EL Olivenöl andünsten. Mit etwas Salz, Pfeffer und Knoblauchsatz würzen.
5. Aufgegangenen Teig halbieren und mit einem Nudelholz zu zwei Runden Pizzen ausrollen. Ich verteile auf meiner Arbeitsplatte immer etwas Hartweizengrieß damit die Pizzen locker von der Arbeitsfläche gehen.
6. Pizzen auf je ein eigenes Backblech mit Backpapier legen. Ofen so heiß wie möglich vorheizen (bei mir: Umluft 250C°). Dann den Pizzarand mit 1 EL Olivenöl einpinseln.
7. Die passierten Tomaten mit dem Pizzagewürz verrühren. Leicht salzen, pfeffern und mit etwas Knoblauchsatz abschmecken. Dann Pizzen jeweils mit der Tomatensoße bestreichen. Rand aussparen.
8. Grillgemüse auf den Pizzen verteilen.
9. Hälfte des Mozzarellas je auf die Pizzen mit Grillgemüse zupfen und alles mit Salz, Pfeffer und etwas italienischen Kräutern (Oregano, Basilikum, Zwiebelsatz) würzen.
10. Pizzen nun in den Ofen schieben. Sie brauchen darin dann etwa 10 – 12 Minuten. Das müsst ihr aber selbst überwachen und immer wieder nachschauen, ob eure Pizzen richtig gut hochgekommen sind und die gewünschte Bräune erreicht haben. Das ist nämlich von Ofen zu Ofen verschieden.

