

Gemüsepizza

Für ein Blech

Zutaten

Für den Teig:

200 g Dinkelvollkornmehl
300 g Weizenmehl Typ 405
300 ml lauwarmes Wasser
1 Päckchen Trockenhefe
oder 1 Würfel frische Hefe
2 EL Olivenöl
1 TL Salz
½ TL Zucker

Für die Tomatensoße:

250 ml passierte Tomaten
100 g frische Tomaten
1 EL Olivenöl
4 TL gehackte Basilikumblätter
2 TL gehackter Oregano
0,5 TL gehackter Thymian
Salz
Pfeffer

Für den Belag:

½ Zucchini
1 Paprika
100 g Champignons
½ Gemüsezwiebel
50 - 100 g Kirschtomaten
75 g Mozzarella
75 g geriebener Pizzakäse
30 g Rucola

Zubereitung:

Alle Zutaten für den Teig in eine Rührschüssel geben und mit dem Knethaken des Handrührgerätes 5-10 Minuten kneten.

Den Teig mit etwas Olivenöl benetzen und an einem warmen Ort abgedeckt 45-60 Minuten gehen lassen.

Den Pizzateig auf einer sauberen und bemehlten Oberfläche ausrollen.

Für die Tomatensoße die frischen Tomaten waschen und klein schneiden.

Kräuter waschen, trocknen, vom Stängel abzupfen und klein hacken.

Die frischen Tomatenwürfel, die gehackten Kräuter und die restlichen Zutaten vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die fertige Tomatensoße auf den Pizzateig streichen.

Für den Belag die Zucchini, Paprika und Tomaten waschen, Champignons putzen und Gemüsezwiebel schälen.

Zucchini längs halbieren. Zucchini, Zwiebel und Champignons in dünne Scheiben schneiden. Kirschtomaten halbieren.

Den Stiel und die Kerne der Paprika entfernen und diese in dünne Streifen schneiden.

Mozzarella in dünne Scheiben schneiden.

Die Pizza mit Gemüse und Käse belegen und bei 200 °C etwa 10-12 Minuten backen.

Die Pizza nach dem Backen mit Rucola garnieren.

Guten Appetit!