Leichte Frühlingspizza

Dauer: Mittel Kategorie: Backrezepte Hauptspeisen Saison: Frühling



Zutaten

250 ML	lauwarmes Wasser
20 G	frischen Germ
1 TL	Salz
400 G	Mehl
ETWAS	Öl
ETWAS	Tomatensauce

Zubereitung

1. Für den Pizzateig Wasser mit Germ,
   Salz und Mehl zu einem glatten Teig verkneten.
2. Zugedeckt gehen lassen.

   Der Teig kann gut in der Früh oder am Vorabend bereitet werden
   und dann zugedeckt in den Kühlschrank stellen.
3. Inzwischen Vogerlsalat und Kräuter waschen
   und Sauerrahm, Kräutersalz und Pfeffer verrühren.
4. Teig durchkneten, in vier gleich große Teile teilen
   und zu dünnen Fladen ausrollen.
5. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen
   und mit der Tomatensauce bestreichen.
6. Im vorgeheizten Rohr bei 220 ° etwa 10 Minuten backen.
7. Vogerlsalat und Kräuter mit Öl, Essig, Salz und Pfeffer marinieren.
8. Kräutersauce auf die warme Pizza aufstreichen
   und den vorbereiteten Salat darüber verteilen.
9. Eventuell noch Blüten vom Gänseblümchen, Stiefmütterchen

SEMINAR BÄUERINNEN