Pikant gefüllte Calzoni

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Jausenrezepte Saison: Ganzjährig

10 Stück



Zutaten

220 ML	lauwarmes Wasser
20 G	frischen Germ
1 TL	Zucker
200 G	Dinkel- oder Weizenvollkornmehl
180 G	Dinkel- oder Weizenmehl, glatt
8 G	Salz
30 ML	Olivenöl

Zubereitung

1. Lauwarmes Wasser in die Rührschüssel geben,
   Germ und Zucker dazugeben und verrühren.
2. Dann das Mehl und die restlichen Zutaten dazugeben
   und zu einem glatten Teig verkneten.
3. Zugedeckt, an einem warmen Ort, circa 1 Stunde gehen lassen.
4. Für die Fülle alle Zutaten vermischen.
5. Den Teig in 10 gleichgroße Stücke teilen, zu Kugeln schleifen.
6. Jede Kugel auf der bemehlten Arbeitsfläche zu einer runden Flade ausrollen.
7. Einen EL Fülle draufsetzen, den Teig zusammenklappen
   und den Rand mit einer Gabel zusammendrücken.
8. Calzoni mit Abstand auf das Blech setzen, mit Wasser besprühen und evt. mit Sesam bestreuen.
9. Im vorgeheizten Ofen bei 200° circa 20 – 25 Minuten knusprig backen.

SEMINAR BÄUERINNEN