

Landpizza



■ **TEIG** 200 ml Milch mit 1 Hefewürfel, ½ TL Zucker, 1 Prise Salz lauwarm erhitzen (die Milch darf nicht kochen).

■ 200 g Mehl, 200 g Dinkelvollkornmehl mischen und mit Hefe-Sud, 4 EL Olivenöl zu einem glatten Teig verkneten. Diesen 15 Minuten im Warmen gehen lassen.

■ **SOÛE** 3 Knoblauchzehen, 2 Zwiebeln, 1 Möhre fein würfeln, 5 Tomaten achteln.

■ Knoblauch, Zwiebeln in 1 EL Olivenöl scharf anbraten, Möhren hinzugeben und 10 Minuten köcheln lassen.

■ 1 EL Zucker hinzugeben und karamelisieren lassen. Mit 3 EL Balsamicoessig ablöschen, Tomaten unterrühren.

■ 1 TL Brühe mit kleinem Schuss Wasser unterrühren. Bei kleiner Hitze reduzieren lassen bis die Flüssigkeit verkocht ist.

■ Die Soße pürieren. Mit Tomatenmark und Gewürzen (nach Geschmack Zucker, Balsamicoessig) abschmecken.

■ **BELAG** 200 g Käse reiben, 200 g Champignons sowie 1 Paprika klein schneiden und auf dem ausgerollten Teig bzw. der Soße verteilen. Von 1 Bd Rucola die Stiele entfernen und erst nach dem Backen verstreuen.

■ Im vorgeheizten Backofen bei 220°C (Umluft 200°C) ca. 20 Minuten backen.

Wir wünschen guten Appetit.

Teig-Zutaten (1 Blech)*

200 g Mehl
200 g Dinkelvollkornmehl
200 ml Milch
1 Hefewürfel
Olivenöl
Zucker
Salz

Soßen-Zutaten

5 große Tomaten
3 Knoblauchzehen
2 Zwiebeln
1 Möhre
3 EL Balsamicoessig
1 EL Olivenöl
1 EL Zucker
1 TL Gemüsebrühe
Tomatenmark
Oregano, Basilikum
Rosmarin, Paprika (edelsüß)
Salz, Pfeffer

Belag-Zutaten

200 g Käse (frisch vom Block gerieben)
200 g Champignons
1 Bd Rucola
1 große Paprika

Pürierstab
Backblech
Backpapier

Tipp *

Probieren Sie eine Mischung aus 1/3 feinem, grobem und geschrotetem Mehl unseres eigenen Vollkornmehls – Sie werden begeistert sein!

100%
LECKER



/// Weitere Rezepte und Anregungen finden Sie auf www.vitaminkiste-lendersdorf.de