



Pizza



Zutaten für 2 Portionen:

400 g Vollkornmehl (Dinkel-, Roggenvollkornmehl)
1 Pck. Trockenhefe oder 5 g frische Hefe
250 ml – 300 ml Wasser
2 TL Meersalz / Steinsalz
¼ Tube Tomatenmark
Tomaten, passiert
1 Packung Schinken (Rohsaftschinken oder Parmaschinken)
1 Packung frische Pilze
1 große Zwiebel
2 Zehen Knoblauch
1 Packung geriebener Mozzarella
Meersalz
Pfeffer
Chili, geschrotet
Oregano, gerebelt

Das Mehl mit der Hefe, dem Wasser und der Hefe vermengen und gut durchkneten. Der Teig sollte leicht klebrig sein. Für ca. 2 h an einem warmen Ort gehen lassen.

Teig auf einem bemehlten Backpapier ausbreiten. Obere Teigseite ebenfalls mit Mehl bestäuben, sodass die Finger nicht kleben bleiben. Nun mit den Händen den Teig zu einem runden Fladen auskneten.

Ofen auf max. Ofentemperatur erhitzen.

Tomatenmark mit 3 EL vermischen (sollte leicht flüssig sein). Auf dem Teig verteilen. Salzen, Pfeffern und mit Oregano und Chili würzen. Käse auf der Pizza verteilen. Gehackter Knoblauch und kleingeschnittene Zwiebeln auf den Käse geben. Den Schinken kleinschneiden, auf die Pizza geben. Nun die Pilze kleinschneiden und zum Schluss darübergeben.

Pizza im Ofen (ca. 260°C) für ca. 10 – 15 min ausbacken.

Guten Appetit!