

PIZZA MIT MAKRELE UND SPINAT

Mögt ihr Pizza mit Fisch? Ich liebe es einfach - egal ob Lachs oder Räucherfisch, Thunfisch oder Sardellen, Fisch auf der Pizza ist einfach super. Diesmal habe ich eine Variante für eine Pizza mit Makrele und Spinat gezaubert. Mit roten Zwiebeln, Tomatensauce und Zucchini... und natürlich jeder Menge Käse. Frei nach dem Motto „Pizza geht immer“ und „Teig macht man selber!“ geht es ganz unkompliziert ans Werk. Hefe sollte ja momentan in einigen Haushalten reichlich vorhanden sein - und wer so wie ich nur die abgelaufene Trockenhefe im Schrank hat lässt den Teig notfalls über Nacht gehen. Der Weg ist das Ziel... oder so ähnlich ☐



ZUTATEN FÜR 1 PIZZA MIT MAKRELE UND SPINAT:

210g Mehl

40g Hartweizengrieß

21g frische Hefe oder 7g Trockenhefe

7g Salz

170g Wasser

Für den Belag:

200g Pizzatomaten

Pfeffer & Salz

1 Knoblauchzehe

150g geriebener Gouda

1 rote Zwiebel

1/2 Zucchini

1 Dose Makrele in Öl

100g Spinat, frisch

ZUBEREITUNG:

Für den Teig das Mehl, den Grieß, die Hefe, das Salz und das Wasser in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig abgedeckt ruhen lassen bis er sein Volumen verdoppelt hat.

Die Pizzatomaten mit Pfeffer und Salz würzen und den Knoblauch hinein pressen. Kurz ziehen lassen.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ausrollen oder rund ziehen (es gelingt mir immer öfter) und auf ein Pizzablech* ziehen.

Die Sauce gleichmäßig darauf verteilen. Eine Hand voll Käse auf der Sauce verteilen, die Makrele aus der Dose holen und klein zupfen. Ebenfalls auf der Pizza platzieren. Die Zwiebel schälen. Zwiebel und Zucchini fein würfeln. Beides auf die Pizza geben. Die Pizza mit einer guten Prise Pfeffer und Salz würzen und den restlichen Käse darüber streuseln.

Den Backofen im Pizzamodus auf 200°C vorheizen und die Pizza für rund 15 Minuten im unteren Drittel in den Ofen schieben.

Ab und an per Sichtkontrolle den Bräunungsgrad prüfen.

Die Pizza aus dem Ofen holen und sofort servieren.

Greift zu!



© katha-kocht!