

LACHS-SPINAT PIZZA MIT SKYR

LACHS-SPINAT PIZZA MIT SKYR

Lachs und Spinat sind ja so eine Kombination die immer und in jeder Variante geht. Natürlich auch auf der Pizza - diesmal aber nicht wie sonst immer mit Tomatensauce, sondern auf einer Skyrcreme. Normalerweise nehme ich ja für weiße Saucen immer Schmand oder Creme fraiche, aber der Skyr hat als fettreduzierte Variante ganz wunderbar funktioniert. Dazu sind noch Champignons und wenig Käse auf die Pizza gekommen - so ist daraus eine leckere und unkomplizierte Lachs-Spinat Pizza mit Skyr geworden. Perfekt für den Sommer!



ZUTATEN FÜR 1 PIZZA:

Für den Teig:

210g Weizenmehl, Typ 405

40g Hartweizengries

160g Wasser

21g frische Hefe

7g Salz

Für den Belag:

150g Skyr

Pfeffer & Salz

4 große braune Champignons

100g Baby Blattspinat

150g Lachsfilet (mit Haut)

100g geriebener Gouda

1 Knoblauchzehe

ZUBEREITUNG:

Mehl, Gries, Hefe, Salz und Wasser in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben und 5 Minuten lang zu einem elastischen Teig verkneten. Den Teig abgedeckt an einem warmen Ort 30-45 Minuten gehen lassen.

Eine beschichtete Pfanne erhitzen und den Lachs auf der Hautseite braten bis er fast gar ist. Dann kurz wenden und auch von der anderen Seite kurz anbraten. Den Fisch kurz zum Abkühlen beiseite legen.

Den Skyr in ein Schälchen geben und mit Pfeffer und Salz würzen. Den Knoblauch hinein pressen und alles gut verrühren. Die Champignons in sehr dünne Scheiben schneiden.

Den Spinat in ein Sieb geben und etwas Wasser im Wasserkocher erhitzen. Den Spinat mit dem kochenden Wasser übergießen, kurz kalt abspülen und auspressen.

Den Backofen auf 200°C vorheizen (bei mir im Pizzamodus).

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und auf ein Pizzablech* ziehen. Den Teig mit dem Skyr bestreichen, ungefähr 2/3 vom Käse drüber streuseln, die Champignons darauf auslegen und den Spinat gleichmäßig auf der Pizza verteilen. Den Lachs klein zupfen und auf der Pizza platzieren. Am Ende den restlichen Käse darüber geben.

Die Pizza für ca. 25 Minuten in den vorgeheizten Backofen schieben. Ab und an per Sichtkontrolle prüfen ob der gewünschte Bräunungsgrad erreicht ist.

Die fertige Pizza aus dem Ofen holen, mit Pfeffer und Salz würzen, in Stücke schneiden und heiß servieren.



Greift zu!

