Rezept

Grünkohl-Ricotta-Pizza

Ein Rezept von Grünkohl-Ricotta-Pizza, am 31.05.2025

Zutaten

Für den Teig:

- **7 g** frische Hefe
- **150 g** Pizzamehl (Tipo 00)
- Salz
- Zucker
- **200 g** Mehl (Type 405 oder 550)
- **3 EL** Olivenöl

Für den Belag:

- **300 g** Grünkohl (ersatzweise Blattspinat)
- **3 EL** Olivenöl
- Pfeffer
- **200 g** Tomatensugo (selbst gemacht oder aus dem Glas)
- **¾ TL** edelsüßes Paprikapulver
- **1** Knoblauchzehe
- Salz
- **1** rote Spitzpaprika
- **250 g** Ricotta
- **25 g** Butter

Ausserdem:

- Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 1290 kcal

Zubereitung

1. Für den Teig die Hefe zerbröckeln, mit ⅓ TL Zucker und 100 ml lauwarmem Wasser verrühren, ca. 10 Min. zugedeckt ruhen lassen. Beide Mehlsorten mit 1 knappen TL Salz mischen, Hefemischung zugießen. 100 ml lauwarmes Wasser mit Öl vermischen, ebenfalls zugießen. Mit den Knethaken eines Handrührgeräts oder einer Küchenmaschine kneten, bis sich alles verbunden hat. Dann auf höchster Stufe in 4-6 Min. zu einem leicht klebrigen Teig weiterkneten. Bei Bedarf noch ca. 25 ml Wasser untermengen.

2. Den Teig ca. 1 Std. zugedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen. Dann auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit den Fingern breit drücken, dehnen, wieder zusammenlegen und erneut breit drücken - diesen Vorgang drei- bis viermal wiederholen. Teig nochmals ca. 1 Std. ruhen lassen, bis er sich fast verdoppelt hat. In einer bemehlten Plastikbox verschließen und 8-24 Std. (über Nacht) im Kühlschrank ruhen lassen. Vor dem Verarbeiten herausnehmen und in ca. 1 Std. Raumtemperatur annehmen lassen.

3. Für den Belag den Grünkohl waschen, Blätter in mundgerechten Stücken von den Stielen zupfen (ersatzweise Blattspinat waschen und von dicken Stielen befreien). Knoblauch schälen und grob würfeln. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Knoblauch darin andünsten. Grünkohl zugeben, unter Rühren bei großer Hitze zusammenfallen lassen. Salzen, pfeffern, mit 3-6 EL Wasser ablöschen und bei mittlerer Hitze offen dünsten, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Abkühlen lassen. Paprika waschen, halbieren, von Kernen und weißen Trennwänden befreien. In feine Streifen schneiden und mit dem Grünkohl mischen.

4. Teig nochmals durchkneten, auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu zwei ca. 5 mm dicken Fladen formen oder ausrollen. Auf zwei mit Backpapier ausgelegte Bleche legen, mit einem Geschirrtuch zudecken und ca. 15 Min. gehen lassen. Inzwischen den Ofen auf 250° vorheizen. Teig mit Sugo bestreichen, Ricotta esslöffelweise darauf verteilen und pfeffern. Die Grünkohl-Paprikamischung dazwischen verteilen. Die Pizzas im heißen Ofen (unten) in jeweils 12-15 Min. nacheinander goldbraun backen.

5. Inzwischen die Butter in einem Pfännchen kurz aufschäumen lassen. Vom Herd nehmen, Paprikapulver unterrühren und leicht salzen. Die Paprikabutter über die fertigen Pizzas träufeln.