

Rezept

Pinsa Romana mit Parma

Ein Rezept von Pinsa Romana mit Parma, am 29.04.2024

Zutaten

Für den Teig

400 g Weizenmehl (Type 550)	50 g Reismehl
50 g Kichererbsenmehl	30 g Trockensauerteigextrakt (z. B. Lievito Madre)
2 g frische Hefe (Kugel von ca. 1,5 cm Ø)	Salz
1 EL Olivenöl	

Für den Belag

2 Kugeln Mozzarella (à 125 g)	500 g Kirschtomaten (mit Rispen)
60 g Rucola	1 Handvoll Basilikumblätter
Salz	Pfeffer
4 EL Olivenöl	200 g Parmaschinken (in dünnen Scheiben)

Außerdem

Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 Pinsas | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 885 kcal, 35 g F, 43 g EW, 99 g KH

Zubereitung

1. Die Mehle mit dem Trockensauerteig in einer Schüssel vermischen. Die Hefe in 3 EL lauwarmen Wasser auflösen und mit 2 TL Salz, dem Öl und 300 ml Wasser zum Mehl geben. Alle Zutaten mit den Knethaken des Handrührgeräts in 5-6 Min. zu einem elastischen Teig verkneten. Auf etwas Mehl mehrmals falten, zur Kugel formen und abgedeckt bei Zimmertemperatur ca. 30 Min. ruhen lassen. Dann in einer verschlossene Frischhaltebox im Kühlschrank mind. 24 Std. ruhen lassen.
2. Den Teig mit einem Tuch abgedeckt bei Zimmertemperatur ca. 2 Std. erwärmen lassen. Dann auf der bemehlten Arbeitsfläche in vier Stücke teilen und zu Kugeln formen. Abgedeckt bei Zimmertemperatur ca. 30 Min. ruhen lassen.
3. Mozzarella in dünne Scheiben schneiden. Tomaten samt Rispen waschen und grob in Stücke schneiden. Rucola verlesen, waschen, trocken schütteln und grobe Stiele entfernen. Basilikum abbrausen, trocken tupfen und grob zerzupfen.
4. Etwa 30 Min. vor dem Backen den Ofen mit einem Backblech oder Pizzastein (Mitte) auf 240° vorheizen. Teiglinge auf etwas Mehl oder auf Backpapier mit den Fingern oval formen, dabei die Ränder etwas höher formen. Mit Mozzarella und Tomaten belegen, leicht salzen und pfeffern und mit Öl beträufeln. Im heißen Ofen in je 8-10 Min. knusprig backen.

5. Fertige Pinsas herausnehmen und kurz ausdampfen lassen. Mit Rucola, Basilikum und Schinken belegen und servieren.