

Rezept

Schnelle Pfannen-Pizza mit Schinken

Ein Rezept von Schnelle Pfannen-Pizza mit Schinken, am 23.04.2024

Zutaten

- | | |
|--|---|
| 1 rote Paprika | 1 kleiner Zucchini |
| 100 g Champignons | 100 g Kirschtomaten (rote und gelbe) |
| 3 Stängel Basilikum | 3 EL Olivenöl |
| Meersalz | Pfeffer |
| 1 großes, rundes Fladenbrot | 1 Dose stückige Tomaten mit Kräutern (400 g) |
| 50 g gekochter Schinken (in Scheiben) | 100 g Schafskäse (Feta) |

Zubehör

- | | |
|-------------------------------|-------------------------|
| 1 großes Schneidebrett | 1 Schneidemesser |
| 1 große Pfanne | 1 Pfannenwender |
| 1 Esslöffel | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 370 kcal, 11 g F, 12 g EW, 55 g KH

Zubereitung

1. Die Paprika waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Die Hälften längs dritteln. Den Zucchini waschen, putzen und längs in dünne Scheiben schneiden. Die Pilze putzen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Kirschtomaten waschen, das Basilikum abbrausen und trocken schütteln.
2. In der Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen. Darin das Gemüse bei großer Hitze nacheinander anbraten: die Paprika von jeder Seite 3-4 Min., die Zucchinoscheiben 1-2 Min. Die Pilze unter Rühren 2-3 Min., zum Schluss noch die Kirschtomaten 1 Min. (Alternativ den Grill verwenden.) Jedes Gemüse mit Meersalz und Pfeffer würzen.
3. Das Fladenbrot wie ein Brötchen aufschneiden und die Hälften nebeneinander legen. Die Tomaten in der Dose mit Meersalz und Pfeffer würzen. Beide Fladenbrothälften mit Tomatensauce bestreichen.
4. Den Schinken in Stücke zupfen und die Fladen-Pizzas damit belegen. Dann das Gemüse darauf verteilen und den Schafskäse darüberbrökeln.
5. Die erste Fladen-Pizza in die Pfanne geben, den Deckel auflegen. Pizza bei kleiner Hitze 10-15 Min. »backen«, bis der Boden leicht knusprig ist. Ein paar Basilikumblättchen grob zerzupfen und über die Pizza streuen, etwas Olivenöl darüberträufeln. Mit der zweiten Fladen-Pizza genauso verfahren.