

Rezept

Spinat-Pinsa mit Gorgonzola

Ein Rezept von Spinat-Pinsa mit Gorgonzola, am 14.12.2025

Zutaten

Für den Teig

400 g	Pizzamehl (Type 00; ersatzweise Weizenmehl Type 405)	50 g	Reismehl
10 g	frische Hefe	30 g	Sojamehl
2 EL	Olivener Öl		Salz

Für den Belag

600 g	junger Blattspinat	2	Knoblauchzehen
4 EL	Olivener Öl		Salz
	Pfeffer	80 g	milder Gorgonzola
80 g	Walnusskerne	2 Kugeln	Büffelmozzarella (à 125 g)

Außerdem

Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 Pintas | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 950 kcal, 49 g F, 38 g EW, 88 g KH

Zubereitung

1. Die Mehle in einer Schüssel mischen, die Hefe in 3 EL lauwarmem Wasser auflösen, mit 2 TL Salz, dem Öl und 270 ml Wasser zum Mehl geben. Alle Zutaten mit den Knethaken des Handrührgeräts in 5-6 Min. zu einem elastischen Teig kneten. Zugedeckt bei Zimmertemperatur ca. 30 Min. ruhen lassen, dann in einer verschlossenen Frischhaltebox im Kühlschrank mind. 24 Std. ruhen lassen.
2. Den Teig bei Zimmertemperatur mit einem Tuch abgedeckt ca. 2 Std. erwärmen lassen. Auf etwas Mehl in vier Stücke teilen, zu Kugeln formen und zugedeckt bei Zimmertemperatur ca. 30 Min. ruhen lassen.
3. Spinat verlesen, waschen und abtropfen lassen. Knoblauch schälen, fein würfeln und mit dem Spinat in einer Pfanne in 2 EL heißem Öl bei mittlerer Hitze 2-3 Min. dünsten, bis der Spinat zusammenfällt. Salzen und pfeffern. Vom Herd nehmen, die Flüssigkeit abgießen und die Pfanne beiseitestellen. Gorgonzola klein schneiden, Nüsse grob hacken.
4. Ca. 30 Min. vor dem Backen den Ofen mit Backblech oder Pizzastein (Mitte) auf 240° vorheizen. Teiglinge auf etwas Mehl oder auf Backpapier mit den Fingern in eine ovale Form drücken, die Ränder etwas höher formen. Mit übrigem Öl (2 EL) beträufeln. Mozzarella zerzupfen, auf den Pintas verteilen. Mit Spinat und Gorgonzola belegen, mit Nüssen bestreuen. Im Ofen in je 8-10 Min. knusprig backen. Fertige Pintas kurz ausdampfen lassen und servieren.