

Rezept

Spinatpizza

Ein Rezept von Spinatpizza, am 30.11.2023

Zutaten

150 g Mehl	1/2 TL Salz
10 g frische Hefe	1 EL Olivenöl
Mehl zum Arbeiten	250 g Blattspinat, Salz
1 kleine Dose geschälte Tomaten (400 g; oder 1/2 Dose stückige Tomaten à 200 g)	2 Knoblauchzehen
	1/2 TL getrockneter Thymian
1 EL kleine Kapern	1 EL entsteinte grüne Oliven
1 Stück Chilischote (nach Belieben; oder schwarzer Pfeffer)	125 g Mozzarella
	1 EL Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 550 kcal

Zubereitung

1. Für den Teig das Mehl mit dem Salz in einer Schüssel mischen. Die Hefe mit 75 ml lauwarmem Wasser verrühren und mit dem Öl zum Mehl geben. Alles auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten, wieder in die Schüssel legen und zugedeckt ca. 1 Std. gehen lassen, bis der Teig sein Volumen fast verdoppelt hat.
2. Backofen auf 250° (Umluft 220°) vorheizen, das Blech mit Backpapier auslegen. Für den Belag den Spinat von welken Blättern und dicken Stielen befreien, gründlich waschen, dann in kochendem Salzwasser in 1-2 Min. zusammenfallen lassen. In einem Sieb kalt abschrecken und abtropfen lassen. Spinatblätter gut ausdrücken.
3. Tomaten abtropfen lassen (Saft anderweitig verwenden) und fein hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. Mit dem gerebelten Thymian und den Kapern untermischen. Oliven grob schneiden und ebenfalls untermischen. Nach Belieben das Chilistück hacken und unterrühren. Sauce mit Salz und eventuell Pfeffer würzen.
4. Den Teig noch einmal durchkneten und zu einem ovalen Fladen mit dickeren Rändern ausrollen. Diesen auf das Blech legen und mit der Tomatensauce gleichmäßig bestreichen. Den Spinat darauf verteilen. Käse in Scheiben schneiden und darauflegen. Die Spinatpizza mit dem Öl beträufeln. Im Ofen (Mitte) 12-15 Min. backen, bis der Rand schön braun ist.