

Rezept

Thunfisch-Garnelen-Pizza

Ein Rezept von Thunfisch-Garnelen-Pizza, am 18.06.2026

Zutaten

250 g Mehl	1 Päckchen Trockenhefe
Salz	5 EL Olivenöl
250 g frischer Thunfisch	200 g Garnelen
1 TL Kräuter der Provence	Saft von ½ Zitrone
1 Prise Cayennepfeffer	½ Packung passierte Tomaten (250 g)
Öl für die Backbleche	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Pizzen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 1050 kcal

Zubereitung

1. Mehl mit Hefe, ½ TL Salz, 3 EL Öl und 150 ml warmem Wasser verkneten. Teig zugedeckt 40 Min. gehen lassen. Thunfisch in kleine Stücke schneiden, mit Garnelen, Kräutern der Provence, Zitronensaft, Cayennepfeffer und 1 EL Öl locker mischen.
2. Den Backofen auf 240° (Umluft 220°) vorheizen. Zwei Backbleche einfetten. Teig halbieren, die Hälften zu dünnen Fladen ausrollen und auf die Bleche legen. Mit Tomaten bestreichen, Fischmischung daraufgeben, salzen und mit übrigem Öl beträufeln. Im Backofen (Mitte) 25 Min. backen.