Dinkel-Pizza mit frischem Gemüse



Zutaten:

Für 2 Personen

O 250 g Dinkel-Vollkornmehl

○ 1/4 Würfel Hefe (11g)

O 125 ml Wasser (lauwarm)

1 TL Salz
1 EL Olivenöl

O Rucola-Pesto (s.Rezept)

Für den Belag:

| 0 | 4 | Zucchini-Blüten |
|---|-------|------------------|
| 0 | 1 kl. | Zucchini grün |
| 0 | 1/2 | Zucchini gelb |
| 0 | 6 | Tiger-Tomaten |
| 0 | 6 | Cherry-Tomaten |
| 0 | | Wildkräutersalat |
| 0 | 1/2 | Zwiebel rot |

O Pfeffer & Salz aus der Mühle

o evtl. einen Hauch geriebene Muskatnuss

O 1 Burrata (ersatzweise Mozzarella)

Zubereitung:

Teig:

Ofen rechtzeitig auf 200° C Umluft oder 220° C Ober-/Unterhitze vorheizen!

Mehl in eine Schüssel geben. Hefe in etwa einer halben Tasse von warmen Wasser auflösen. Eine Mulde in das Mehl drücken, Hefewasser hineingeben, mit etwas Mehl vom Rand vermischen und mit etwas Mehl bestäuben. Ein paar Minuten stehen lassen, bis sich im Mehl Risse zeigen bzw. die Masse zu quellen beginnt.

Alle anderen Zutaten dazugeben und gut verkneten - am besten mit einer Küchenmaschine - bis ein fester Teig entstanden ist, der sich komplett vom Rand löst.

Für eine Stunde zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen. Die Menge sollte sich ungefähr verdoppelt haben.

Teig halbieren, jeweils eine Kugel formen und zur Pizza ausrollen.

Die Hälfte vom Pesto und die in Streifen geschnittene Zwiebel auf der Oberfläche verteilen und mitbacken.

Das restliche Pesto nach dem Backen auf den Pizzen verteilen und das Gemüse darauf verteilen. Nach Geschmack würzen.

Guten Appetit!!