

Bärlauchpizza

Mit dem vegetarischen Rezept für eine Bärlauchpizza kommt frische Abwechslung auf den Tisch, die bei der ganzen Familie gut ankommt.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 45 min

Koch/Backzeit: 20 min

Ruhezeit: 55 min

Gesamtzeit: 2,0 h



Zutaten

Teig

500 g	Mehl
250 ml	Wasser (lauwarm)
1 Würfel	Germ
1 TL	Salz
1 TL	Zucker
2 EL	Olivenöl
1 Handvoll	Bärlauch

Pizzabelag

1 Handvoll	Basilikum
1 Handvoll	Rucola
1 Handvoll	Bärlauch
1 EL	Pinienkerne
150 g	Crème frâiche
150 g	Sauerrahm
1 Stk.	Bio-Zitrone

Zubereitung

1. Für die **Bärlauchpizza** zuerst den Bärlauch für den Teig waschen und fein hacken. Die Hefe

in Zucker und Wasser auflösen und zusammen mit dem Bärlauch mit dem Stabmixer zu einer cremigen Paste pürieren. Die Paste mit dem Mehl verrühren und zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.

2. Den Teig danach gründlich durchkneten und zu einer Kugel formen. Zugedeckt weitere 20 Minuten gehen lassen. In der Zwischenzeit den Backofen auf 160°C vorheizen und den Bärlauch, Rucola und Basilikum waschen, trockenschleudern und in feine Streifen zupfen oder schneiden.
3. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und den Teig darauf ausrollen. Noch einmal 5 Minuten ruhen lassen. Die Zitrone auspressen und die Schale abreiben. Sauerrahm mit der Crème fraîche, Zitronensaft und -schale sowie Salz und Pfeffer verrühren. Die Masse auf den Teig streichen und diesen im Ofen 15-20 Minuten backen.
4. Bärlauch, Basilikum und Rucola miteinander vermischen. Mit Olivenöl vermengen, salzen und pfeffern. Pizza aus dem Ofen nehmen, die Bärlauch-Mischung darauf verteilen und mit den Pinienkernen bestreuen. In kleine Stücke schneiden und sofort servieren.

Tipp

Nicht-Vegetarier können die Bärlauchpizza mit etwas rohem Schinken verfeinern.