

Pizza vom Blech

Zutaten:

für den Boden:

- 400g feines Weizenschrot
- 1 Päck. Trockenhefe
- 1 Tl. Meersalz
- 250 - 300ccm warmes Wasser
- 1 Guss kaltgepresstes Pflanzenöl

für den Belag:

- 200g pürierte Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- Salz, Pfeffer, Basilikum, Thymians
- Rosmarin, Oregano
- 150g Käse zum Reiben
- 2 Paprikaschoten (rot o. gelb)
- 1 große Zwiebel, Champignons,
- Artischocken, Oliven

Aus den ersten Zutaten einen lockeren Hefeteig herstellen und $\frac{1}{4}$ Std. gehen lassen.

Unterdessen die pürierten Tomaten (zerdrückte Dosentomaten vermischt mit Tomatenmark o. zerkleinerte frische Tomaten) mit dem Knoblauch und den Gewürzen und Kräutern mischen, den Käse reiben und das Gemüse klein schneiden.

Den Teig durchkneten, auf einem eingefetteten Blech ausrollen und mit Öl bestreichen.

Dann nacheinander die Tomaten, den Käse und das Gemüse darauf verteilen und evtl. nochmals mit Kräutern bestreuen.

Die Pizza etwa 20 Min. bei 200° C backen.