

### Mini-Pizza



#### Zutaten:

##### Pizzateig

- 220 g Mehl
- 1 Packung Trockenhefe (wenn es schnell gehen soll, ansonsten frische Hefe)
- Olivenöl
- 150 ml lauwarmes Wasser
- passierte Tomaten (am besten schmeckt natürlich selbst gemachte Sauce)
- Mozzarella (gerieben oder in Scheiben geschnitten)

##### Pizzabelag

- Paprika
- Salami
- Schinken
- Basilikum
- Champignons
- geriebener Karfiol
- Zucchinischeiben
- Melanzanischeiben
- ... und alles, was sonst noch schmeckt und zu Hause ist

#### Zubereitung:

Nimm eine große Schüssel und gib das Mehl hinein. Vermische das lauwarme Wasser mit der Hefe. Dann machst du am besten mit den Fingern eine Mulde im Mehl, in die du das Wasser mit der Hefe und etwas Olivenöl leerst. Vermische die Masse zu einem Teig.

Leg den Teig in eine Schüssel und deck sie mit einem Tuch zu. Stell die Schüssel an einen warmen Ort, bis sich dein Teig verdoppelt hat.

**TIPP:**

Damit du den Teig später besser verarbeiten kannst, kannst du ihn auch in Frischhaltefolie wickeln und in einer Schüssel bei 50 Grad ins Backrohr (oder an einen anderen warmen Ort) stellen.

Sobald der Teig aufgegangen ist, verteilst du etwas Mehl auf der sauberen Arbeitsfläche. Leg deinen Teig darauf und knete kräftig los: Drück den Teig mit den Handballen von dir weg und zieh ihn dann wieder mit deinen Fingern zurück. So knetest du den Teig ca. 5 Minuten, bis du ihn wie einen großen Kaugummi auseinanderziehen kannst.

**TIPP:**

Wenn du ein bisschen Mehl auf deine Handflächen gibst, dann bleibt der Teig nicht kleben.

Jetzt zerteilst du den Teig in kleinere Stücke und rollst ihn zu Mini-Pizzen aus.

Gibt etwas Tomatensauce auf den Teig – die kannst du natürlich auch gerne selbst zubereiten. Dann belegst du deine Mini-Pizzen mit dem Mozzarella.

**TIPP:**

Zucchini- oder Melanzanischeiben sollte man schon vor dem Backen auf die Pizza legen, da sie roh zu wenige Geschmacksstoffe enthalten.

Den übrigen Belag legst du erst auf die gebackene Pizza. So gehen die Vitamine beim Backen nicht verloren.

Gib die Mini-Pizzen in ein vorgeheiztes Backrohr und backe sie ca. 15 bis 20 Minuten bei 200 Grad.

Nun kannst du deine Mini-Pizzen vorsichtig aus dem Ofen nehmen und nach Lust und Laune belegen. Verwende alles, was dir schmeckt! Salami, Schinken, Paprika, Champignons und natürlich verschiedene Kräuter, wie Basilikum oder Rosmarin, verfeinern deine Pizza.

Deiner Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt!

# Das magische Trio-Dessert



## Zutaten:

### Untere Schicht

120 g verschiedene Beeren  
(z.B. Himbeeren,  
Brombeeren, Heidelbeeren,  
Erdbeeren)  
1 unbehandelte Zitrone  
2 EL brauner Zucker

### Mittlere Schicht

150 g Topfen  
120 g Sauerrahm  
2 EL Honig  
Zitronensaft  
1 frische Vanilleschote

### Obere Schicht

80 g Nougat  
40 g Cornflakes  
  
evtl. Minze-Blätter

## Zubereitung:

Bereite für dein magisches Trio-Dessert zwei gleich große Quadrate aus Backpapier vor.

Für die Nougat-Cornflakes-Mischung erwärmst du zuerst den Nougat, bis er flüssig ist. Am besten geht das im Backrohr oder in einem Wasserbad.

Zerkleinere dann eine Handvoll Cornflakes mit der Hand. Misch sie mit dem flüssigen Nougat und gib die Masse auf das Backpapier. Leg dann das zweite Backpapier darauf und verteile die Mischung mit einem Nudelholz gleichmäßig zu einer dünnen Schicht. Dann legst du alles für eine Weile in den Kühlschrank.

Für die untere Schicht verwendest du verschiedene Beeren: zum Beispiel Himbeeren, Heidelbeeren, Brombeeren oder Erdbeeren. Die Beeren zerstampfst du entweder mit einem Mörser oder du zerdrückst sie mit der Gabel in einer Schüssel.

Gib zu den Beeren 1 bis 2 Esslöffel braunen Zucker und reib etwas Schale von einer Zitrone dazu.

**TIPP:** Nimm dafür eine Bio-Zitrone! Wasch sie unter warmem Wasser, bevor du die Schale abreibst.

Für deine mittlere Schicht vermischt du zuerst den Topfen mit dem Sauerrahm.

Topfen lässt sich zusammen mit dem Sauerrahm besser verrühren und schmeckt auch viel feiner.

Zum Süßen verwendest du am besten Honig und das Mark einer frischen Vanilleschote. Die Topfencreme wird anschließend mit etwas Zitronensaft abgeschmeckt und fertig ist diese Schicht!

Mittlerweile dürfte die Nougat-Cornflakes-Masse fest sein. Lass deiner Fantasie freien Lauf und schneide unterschiedliche Formen für die Krönung deines Trios aus.

Nun schichtest du dein Dessert in einem Glas: Zuerst die Beeren, dann die Topfencreme und als Abschluss die ausgeschnittenen Nougat-Cornflakes-Blättchen. Zum Dekorieren kannst du das Dessert noch mit einem Blatt Minze verzieren.