

Zackig g'schmackig: Blumenwiesen-Pizza

Diese Blumenwiesen-Pizza sieht aus wie ein kleines Kunstwerk! Mit buntem Gemüse wird der Teig zur Leinwand und sie schmeckt genauso gut wie sie aussieht.



Dafür brauchst du einen selbstgemachten Pizzateig und buntes Gemüse zum Belegen – zum Beispiel Paprika, Zucchini, rote Zwiebel, Kirschtomaten, Oliven und eingelegte Champignons.



Für den Pizzateig (2 Pizzen) brauchst du:

- 500 g Mehl
- 25 g Hefe
- 300 ml Wasser
- 1 Esslöffel Öl
- 1 Teelöffel Salz
- eine Prise Zucker



Verrühre zuerst den Germ mit lauwarmem Wasser und einer Prise Zucker.
Lass die Mischung kurz ruhen, bis kleine Bläschen entstehen.



Mische das Salz unter das Mehl und gib dann Olivenöl und das Germwasser dazu. Vermische alle Zutaten mit einem Löffel und knete dann die Masse mit den Händen gut durch, bis ein geschmeidiger Teig entsteht.



Jetzt muss der Teig zugedeckt an einem warmen Ort ruhen. Der Germ bildet dabei kleine Bläschen – so geht der Teig auf und wird locker. Das dauert etwa eine Stunde.



Nach dem Ruhnen formst du eine Kugel und legst sie auf ein mit Olivenöl eingeöltes Blech. Pinsle auch den Teig mit etwas Öl ein und lass ihn noch einmal für 15 Minuten gehen.



In der Zwischenzeit kannst du das Gemüse vorbereiten. Lass dir dabei von einer erwachsenen Person helfen.

Schneide die Paprika vorsichtig in Streifen.

Schneide dann ein paar Zucchinischeiben ab und den Rest auch in Streifen.

Aus den Zwiebeln und Oliven werden Ringe und die Tomaten und die Champignons werden halbiert.



Jetzt drückst du den Teig mit den Fingern vorsichtig in Form.



Und dann wird der Pizzateig zur Blumenwiese!

Lege das Gemüse so auf den Teig, dass es aussieht wie bunte Blumen. Für Blüten eignen sich neben Paprikastreifen auch Kirschtomaten oder Zwiebelringe. Die Zucchini wird zu Blumenstängeln sowie Blättern und aus den Olivenscheiben zaubern wir die Blütenmitten.



Drück alles gut in den Teig, damit es beim Backen hält und lass beim Belegen deiner Fantasie freien Lauf. Bei uns wachsen da noch ein paar Pilze und aus den übrigen Zucchinistreifen legen wir noch eine Wiese.



Zum Schluss backst du die Blumenwiesen-Pizza bei etwa 220 Grad Ober- und Unterhitze für 15 bis 20 Minuten. Wenn du magst, kannst du sie nach dem Backen noch mit etwas Olivenöl bepinseln.



Dann heißt es genießen! Guten Appetit!