

Frühstücks-Calzone mit Ei und Mozzarella

VORBEREITEN

140
Min.

ZUBEREITEN

30
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

Für die Füllung

4 Eier
60 ml Milch
1 Prise(n) Pfeffer
2 Teelöffel Butter
50 g geraspelter Mozzarella
2 Chilischoten
50 g Parmesan
5 Scheiben Speck

Für den Teig

500 g Mehl
12,5 g frische Hefe
6 Esslöffel Olivenöl
6 Esslöffel Milch
15 g Salz
1 Teelöffel Zucker
325 ml lauwarmes Wasser

Mmmmh wie das duftet! Wenn du auf die frisch gebackenen Teigtaschen beißt und die saftige Füllung schmeckst, kann dein Morgen kaum mehr besser werden. Gefüllt mit saftigem Rührei, schmelzendem Mozzarella, würzigem Parmesan und scharfer Chili hüpfst dein Herz

gleich ein bisschen schneller.

- 1 -

Für den Hefeteig Zucker und Hefe in 175 ml lauwarmes Wasser einrühren, ca. 5 Minuten ruhen lassen. Mehl in eine große Schüssel oder direkt auf die Arbeitsfläche geben. In die Mitte eine Mulde drücken. Olivenöl und Milch in die Mulde geben und etwas Mehl vom Rand her einarbeiten.

- 2 -

Salz mit restlichem Wasser in einem Glas verrühren. Salzwasser in die Mulde gießen und mit Mehl verkneten. Hefemischung dazugeben und 5 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Eventuell noch etwas Mehl oder Wasser hinzufügen.

- 3 -

Teig zu einem Ball formen, in eine Schüssel legen und abgedeckt bei Zimmertemperatur mindestens 2 Stunden gehen lassen.

- 4 -

Backofen auf 200 °C vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen.

- 5 -

Eier mit Milch und Pfeffer verquirlen. Butter in einer Pfanne erhitzen, Eiermasse dazugeben und ca. 15 Sekunden stocken lassen. Eimasse unter Rühren und Wenden ca. 2 Minuten braten.

- 6 -

Speck in der Pfanne kross braten, auf einem Stück Küchenpapier abtropfen lassen und grob zerkrümeln.

Frühstücks-Calzone mit Ei und Mozzarella

- 7 -

Chilischoten waschen, entkernen und in dünne Ringe schneiden. Parmesan reiben.

- 8 -

Pizzateig in 4 gleich große Stücke teilen, kurz durchkneten und mit einem Nudelholz dünn ausrollen.

- 9 -

Eine Teighälfte mit Mozzarella, Chili, Parmesan, Speck und Rührei belegen. Die freie Teigseite über die Füllung falten und die Ränder mit einer Gabel zusammendrücken. In der Mitte einschneiden und im heißen Ofen 20-30 Minuten backen.