

Ist doch alles Käse! Mini Spinatpizzen mit Käserand

VORBEREITEN

95
Min.

ZUBEREITEN

20
Min.

NIVEAU



Zutaten für 6 Mini-Pizzen

Für den Hefeteig

450 g Mehl
1 Päckchen Trockenhefe
1 Teelöffel Honig
250 ml warmes Wasser
50 ml Olivenöl
1 Teelöffel Salz

Für den Belag

300 ml Pizzasauce
300 g frischer Blattspinat
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Esslöffel Olivenöl
Salz, Pfeffer
Oregano
200 g Cheddar
150 g Kirschtomaten
4 Stängel Basilikum
150 g geriebener Mozzarella

Wenn du auf Pizza-Diät bist, ist genau jetzt der Zeitpunkt, sie zu beenden. Die **Mini-Spinatpizzen** sind randvoll mit ... **Cheddar**. Eingebacken im knusprigen Rand kommt er dir

schon beim ersten Bissen entgegen geflossen. Frischer **Blattspinat**, aromatische **Cherrytomaten** und milder **Mozzarella** bilden das perfekte Trio für den Belag - also nix wie ran da!

- 1 -

Für den Hefeteig Wasser mit Honig und Trockenhefe vermischen. 10 Minuten ruhen lassen, bis die Mischung anfängt zu schäumen.

- 2 -

Mehl mit Salz in eine große Schüssel oder direkt auf die Arbeitsfläche geben. In die Mitte eine Mulde drücken, Olivenöl hineingeben und mit etwas Mehl vom Rand her einarbeiten.

- 3 -

Hefemischung einfüllen und mit restlichen Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Teig zu einer Kugel formen, abdecken und an einem warmen Ort mindestens 1 Stunde gehen lassen.

- 4 -

Kirschtomaten halbieren. Zwiebel schälen und würfeln. Spinat waschen. Knoblauch schälen und fein hacken. Basilikumblätter von den Stängeln zupfen und in Streifen schneiden. Cheddar in Stücke schneiden.

- 5 -

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen, Spinat hinzufügen und kurz braten, bis er zusammenfällt. Basilikum hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen.

- 6 -

Ist doch alles Käse! Mini Spinatpizzen mit Käserand

Backofen auf 220 °C vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen.

- 7 -

Pizzateig noch einmal kurz durchkneten und in 6 Portionen teilen. Teig mit einem Nudelholz auf mittlere Dicke rund ausrollen.

- 8 -

Cheddarstücke rundherum mit Platz zum Rand anordnen und Teig darüberstülpen. Mit den Fingern sorgfältig andrücken, sodass der Käse nicht herauslaufen kann.

- 9 -

Tomatensauce in die Mitte des Teigs geben und verstreichen. Mit Oregano und ein wenig Mozzarella bestreuen. Je etwas Spinat und ein paar Kirschtomaten daraufgeben. Restlichen Mozzarella darüberstreuen und im heißen Ofen 15-20 Minuten backen.