

Polenta-Gemüse-Pizza

NIVEAU



Zutaten Für 1 Blech

800 ml Wasser
 2 gehäufte Esslöffel Instant Gemüsebrühe
 Salz
 300 g Polenta-Grieß (Minuten-Polenta)
 Olivenöl
 Muskatnuss
 Gemüse für den Belag, z.B.: 4 große Champignons, 1
 Stange grüner Spargel, 1 große Ochsenherztomate,
 1/2 dünn geschnittene Aubergine, 1 kleine rote
 Zwiebel, 1/4 Hokkaido Kürbis
 250 g passierte Tomaten
 2 Knoblauchzehen
 je 1 Handvoll frischer Basilikum, Thymian, Oregano

- 1 -

Das Wasser in einem mittelgroßen Topf erhitzen. Sobald es kocht, die Gemüsebrühe, 2 TL Salz und die Polenta mit einem Schneebesen zügig in das Wasser einrühren und kurz aufkochen lassen.

- 2 -

Einen Schuss Olivenöl und etwas geriebene Muskatnuss unterrühren und bei Bedarf etwas nachsalzen. Mithilfe eines Teigschabers auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech streichen.

- 3 -

Sollte die Polenta-Masse zu sehr kleben, etwas Wasser darauf verteilen, dann lässt sie sich besser ausstreichen. Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen.

- 4 -

In der Zwischenzeit das Gemüse waschen und in dünne Scheiben schneiden. Die passierten Tomaten zusammen mit den geschälten Knoblauchzehen, der Hälfte der frischen Kräuter und 2 EL Olivenöl in den Mixer geben und zu einer sämigen Tomatensauce pürieren.

- 5 -

Die Sauce auf dem Polentaboden verteilen und darauf das Gemüse platzieren. Ich versuche immer, die Pizza wie ein Bild und das Gemüse wie Farben zu behandeln - male mit dem Gemüse!

- 6 -

Die Pizza im vorgeheizten Ofen etwa 30 Minuten backen, bis der Rand schön knusprig ist und das Gemüse durchgezogen, aber noch saftig ist.

- 7 -

Vor dem Servieren mit frischen Kräutern bestreuen und mit Olivenöl beträufeln.

Aus