



HUMMUS PIZZA

(Pasta & Pizza & Burger)

Die etwas andere Pizza!

Rezept für: 4 kleine Pizzen

Vorbereitungszeit: 10 Minuten (+12 Stunden)

Zubereitungszeit: 10 Minuten pro Pizza

Zutaten

Pizzateig

300g Weizenmehl Typ 550

175ml lauwarmes Wasser

6g frische Hefe

10ml Olivenöl

1 EL Agavendicksaft

8g Salz

Topping

1/2 Bund Minze

1/2 Bund Blattpetersilie

Olivenöl

Meersalz

Pizzabelag

Hummus

2 kleine Dose Kichererbsen

80ml Pflanzenöl

60g Tahin (ca. 3 TL)

Saft 1/2 Zitrone

1 TL Kreuzkümmel

1 Zehe Knoblauch

1/4 TL Salz

100-120ml Aquafabe (Kichererbsenwasser)

Kirschtomaten

15 Kirschtomaten

Prise Meersalz

Olivenöl

120g grüne Oliven

Anleitung

Am Vortag

1. Das Mehl mit dem Salz vermischen. Die Hefe im lauwarmen Wasser auflösen, das Olivenöl und den Agavendicksaft zugeben und mit dem Mehl per Hand oder mit dem Handrührgerät circa 15 Minuten zu einem elastischen Teig verarbeiten.
2. Den Teig herausnehmen, zu vier kleinen Kugeln formen und in einer bemehlten Schüssel (abgedeckt mit einem feuchten Tuch) über Nacht im Kühlschrank gehen lassen.

1. Die Kirschtomaten halbieren, mit Meersalz und Olivenöl marinieren und auf ein Backblech verteilen (die Schnittfläche nach oben!). Bei 100 Grad circa 1 Stunde im Backofen „dörren“.
2. Die grünen Oliven halbieren, beiseite stellen und alle Zutaten für den Hummus sehr fein im Blender mixen. Eventuell nochmals mit Salz und Zitrone abschmecken.

3. Den Pizzateig leicht temperieren lassen und die Teiglinge einfach mit den Fingern und etwas Mehl, an den Händen und auf der Arbeitsfläche, in die gewünschte Form bringen. Den Rand am besten nicht eindrücken, so geht er dann wunderbar auf. Anschließend auf ein dünnes bemehltes Brett / Blech oder den Boden einer Springform legen.
4. Mit dem Hummus, den Oliven und den getrockneten Kirschtomaten belegen.
5. Jetzt die Pizza auf das umgedrehte Backblech im vorgeheizten Ofen gleiten lassen. Die Pizza dauert, je nach Ofen, 8-10 Minuten.
6. Vor dem Servieren mit Olivenöl beträufeln und mit der Petersilie, der Minze und etwas Meersalz bestreuen.

TIPP

- Den Ofen auf Ober- Unterhitze schon frühzeitig einschalten und den Teig auf den Herd stellen und dort gehen lassen. Dort sollte es dann mollig warm sein.
- Um so länger ihr knetet, um so elastischer und besser wird der Teig. Klappt auch super in einer Aufschlagmaschine mit Knethaken.
- Das beste Ergebnis erhaltet Ihr mit einem Pizzastein im Ofen, es funktioniert aber auch mit einem umgedrehten Backblech.
- Formt lieber kleinere Pizzen, dann habt ihr es einfacher sie auf das heiße Backblech gleiten zu lassen.
- Weizenmehl Typ 00 ist eine italienische Sorte, die am besten für Pizzateige geeignet ist, aber leider oft schwer zu finden ist. Dieses Mehl hat einen höheren Klebereiweißwert und lässt sich so besser und dünner ausrollen. Unser heimisches 405 Mehl kommt diesem aber sehr nahe.