

Pfannenpizza mit Bio-Jogurt

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Zutaten für 2 Portionen:

300g Mehl
150g ANDECHSER NATUR Bio-Jogurt mild 3,8%
4 EL Olivenöl
1 EL Wasser
2 TL Backpulver
1 TL Salz
200g passierte Tomaten
1 Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer, Oregano
1 rote Zwiebel
1 Paprika
6 braune Champignons
etwas frischen Blattspinat
4 Scheiben ANDECHSER NATUR Bio-Mondscheinkäse

So geht's

1. Mehl, ANDECHSER NATUR Bio-Jogurt, Olivenöl, Wasser, Backpulver und 1 TL Salz von Hand oder mit einer Küchenmaschine zu einem homogenen Teig verkneten. Den Teig mindestens

15 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

2. Für die Pizzasoße die passierten Tomaten mit gepresstem Knoblauch, Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken.

3. Die Zwiebel und Champignons in Scheiben schneiden. Die Paprika vierteln und in Streifen schneiden. Den Blattspinat waschen und kurz in kochendem Wasser blanchieren.

4. Nach dem Ruhen den Teig in zwei Portionen teilen. Jeweils eine Portion in eine mit Öl ausgepinselte Pfanne (etwa 20 cm Durchmesser) legen und zum Rand hin plattdrücken. Für 4 Minuten bei höchster Stufe auf dem Herd backen.

5. Währenddessen die Tomatensoße auf dem Boden verteilen und den Rand mit etwas Öl einpinseln. 2 Scheiben ANDECHSER NATUR Bio-Mondscheinkäse etwas zerrupfen und auf die Soße legen, mit dem Gemüse belegen und die Pizza für etwa 10 Minuten mit geschlossenem Deckel bei mittlerer bis kleiner Hitze auf dem Herd ausbacken.

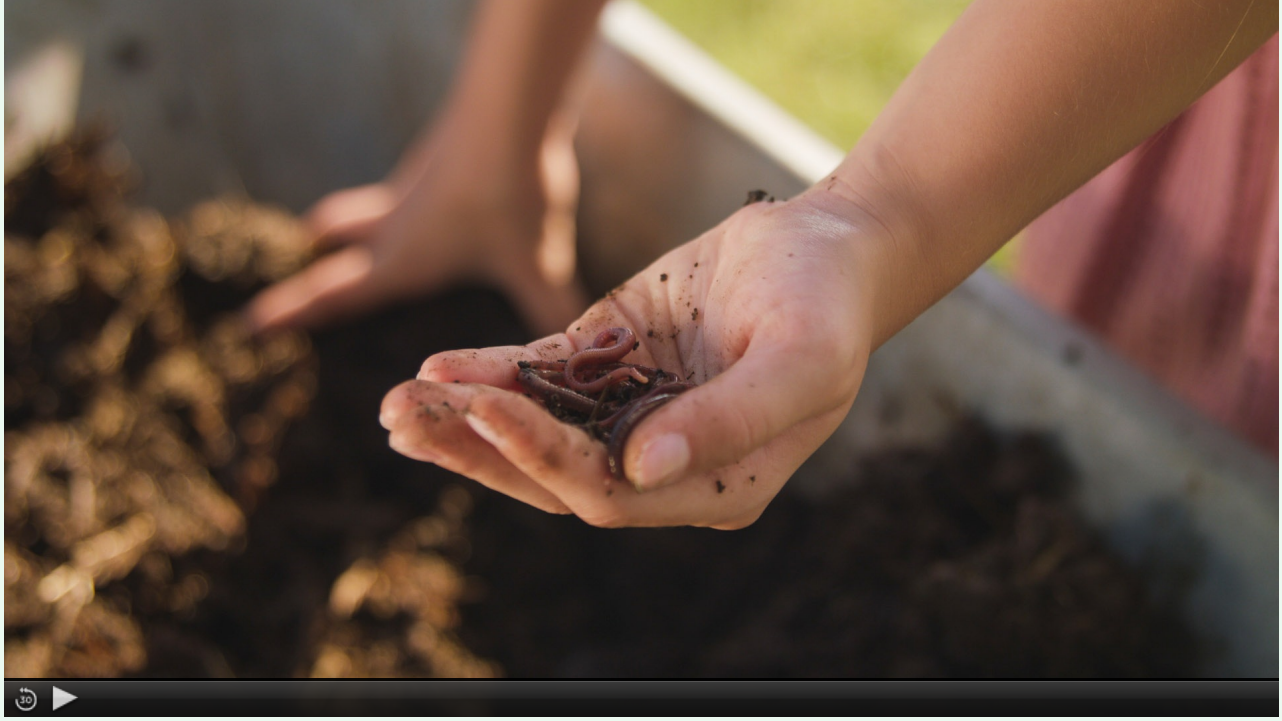
6. Optional kann die Pizza zum Schluss nochmal für 2-3 Minuten im Backofen gebacken werden, damit der Käse etwas braun wird. Dafür den Backofen auf höchster Temperatur vorheizen und ein Backrost in die oberste Schiene schieben. Die Pfanne (ofenfest!) dann auf den Backrost stellen. Wenn möglich, kann dafür auch die Grillfunktion genutzt werden.

Der ANDECHSER NATUR Bio-Standard

Was gehört zu einer artgerechten Tierhaltung?



Warum ist ein gesunder Boden so wichtig?



Wie funktioniert Humusaufbau mit Mikroorganismen?



Was ist muttergebundene Kälberaufzucht?

