



Dauer: Mittel

Kategorie: Backrezepte Hauptspeisen Vegetarisch

Saison: Frühling

Für: 4 Personen

Verfasst von: Heidi Huber

Zutaten

Teig

250 ML lauwarmes Wasser

20 G frischen Germ

1 TL Salz

400 G Mehl

ETWAS Öl

ETWAS Tomatensauce

Kräutersauce

125 G Joghurt

125 G Sauerrahm

frische Kräuter

ETWAS Kräutersalz

Belag

2
HANDVOLL Vogerlsalat

1
HANDVOLL
junge Blätter Frühlingskräuter (Spitzwegerich, Löwenzahn,
Sauerrampfer, Knoblauchsraucke, Giersch...)

3 EL Rapsöl

2 EL Apfelessig

Kräutersalz

frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

1. Für den Pizzateig Wasser mit Germ, Salz und Mehl zu einem glatten Teig verkneten.
2. Zugedeckt gehen lassen.

Der Teig kann gut in der Früh oder am Vorabend bereitet werden und dann zugedeckt in den Kühlschrank stellen.
3. Inzwischen Vogerlsalat und Kräuter waschen und Sauerrahm, Kräutersalz und Pfeffer verrühren.
4. Teig durchkneten, in vier gleich große Teile teilen und zu dünnen Fladen ausrollen.
5. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und mit der Tomatensauce bestreichen.

6. Im vorgeheizten Rohr bei 220 ° etwa 10 Minuten backen.
7. Vogersalat und Kräuter mit Öl, Essig, Salz und Pfeffer marinieren.
8. Kräutersauce auf die warme Pizza aufstreichen und den vorbereiteten Salat darüber verteilen.
9. Eventuell noch mit Blüten vom Gänseblümchen, Stiefmütterchen usw. dekorieren.