

**BISSEN
BESSER**

Glutenfreie Pizza

Zubereitung **40 MIN**

Gesamt **4H 20 MIN**

Schwierigkeit **LEICHT**

Kalorien / Portion **969 KCAL**

ZUTATEN | 4 Portionen

4	Stücke Mozzarella
500 g	Tomaten
100 g	Oliven
4 Stiele	Basilikum
1 Prise	Pfeffer
400 g	Tomaten, passiert
1 EL	Zucker
0,5 TL	Salz
1 Msp.	Sambal Olek
500 g	Mehlmischung, für Hefeteig, glutenfrei
1	Pck. Trockenhefe
2 TL	Zucker
1 TL	Salz
2 TL	Pizzagewürz
450 ml	Milch
2	Eier

ZUBEREITUNG

- 1 Die glutenfreie Mehlmischung mit der Trockenhefe, dem Zucker, Salz und Pizzagewürz in einer großen Schüssel gründlich mischen.
- 2 Die Milch lauwarm erwärmen, dann mit einem Knethaken unterkneten. Anschließend die Eier unterkneten und den Teig - am besten mit dem Knethaken - 1-2 Minuten verrühren. Der Teig ist im Gegensatz zu glutenhaltigem Teig weniger elastisch und bleibt relativ feucht und lässt sich nicht zu einem Hefeball o.ä. formen.
- 3 Die Teigmasse in eine geölte Schüssel aus Keramik oder Plastik mit einem leicht feuchten Tuch bedeckt 2,5 Stunden gehen lassen.
- 4 2 Pizzableche oder Ofenbleche mit Backpapier auslegen und gut bemehlen. Die Hälfte des Teigs auf ein Blech schieben und gut bemehlen, dann vorsichtig ausrollen, da der Teig noch relativ klebrig ist.
- 5 Dies mit dem anderen Blech wiederholen. Die Teige noch einmal 30 Minuten gehen lassen. Währenddessen alle Zutaten für die Tomatensoße verrühren und abschmecken. Den Mozzarella und die Tomaten in Scheiben schneiden, die Oliven halbieren.
- 6 Den Ofen auf 225°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Die erste Pizza zuerst mit Tomatensoße, dann Mozzarella, Tomaten und Oliven belegen und für 20 Minuten auf der untersten Schiene backen, zum Schluss der Backzeit die zweite Pizza vorbereiten und anschließend backen. Mit frischem Basilikum dekorieren und mit etwas Pfeffer würzen.

NÄHRWERTE

Nährwerte	pro Person
Energie	4.057 kJ (48%)
Kalorien	969 kcal (48%)
Kohlenhydrate	124 g
Fett	39 g
Eiweiß	35 g