



GRÜNE SPARGEL-PIZZA MIT EI

Ist Pizza Hausmannskost? In Italien auf jeden Fall und bei uns eigentlich auch. Ob jung oder alt, alle mögen Pizza. Beim Belag sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Wer Zeit sparen möchte, verwendet Hefeteig aus dem Kühlregal.



4 Personen



30 Min. + 1 Std. Ruhen +
25 Min. Backen



Pro Portion
ca. 770 kcal

- * ½ Würfel frische Hefe (21 g)
- * 1 TL Zucker
- * 6 EL Olivenöl
- * Salz
- * 400 g Mehl
- * 150 g TK-Erbsen
- * 200 g Emmentaler Käse am Stück
- * 250 g grüner Spargel
- * 4 Frühlingszwiebeln
- * 1 EL Aceto balsamico bianco
- * 100 g Spinatblätter (ersatzweise Rucola)
- * 1 Zwiebel
- * 1 EL Butter
- * Pfeffer
- * 1 Ei (M)

AUSSERDEM

- * Olivenöl für das Blech
- * Mehl zum Arbeiten

1. Für den Teig die Hefe in eine große Schüssel bröseln. 210 ml lauwarmes Wasser, Zucker, 3 EL Olivenöl und 1 Prise Salz zufügen und glatt rühren. Das Mehl zugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Std. gehen lassen.
2. Für den Belag die Erbsen in ca. 20 Min. auftauen lassen. Emmentaler grob reiben. Spargel waschen, die Enden 2–3 cm breit abschneiden und die Stangen schräg in dünne Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Spargel, Frühlingszwiebeln, 2 EL Öl und Essig mischen.
3. Spinat waschen und trocken schleudern. Zwiebel schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin in 2–3 Min. glasig andünsten. Den Spinat zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und zusammenfallen lassen. Den Spinat in ein Sieb abgießen und ausdrücken.
4. Den Backofen auf 200° vorheizen, ein Backblech mit Öl einfetten. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche rund oder eckig ausrollen und auf das Blech legen. Mit dem übrigen Öl (1 EL) bestreichen, mit Käse und Erbsen bestreuen. Spargel-Frühlingszwiebel-Mischung und Spinat gleichmäßig darauf verteilen.
5. Die Pizza nochmals kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen (Mitte) ca. 15 Min. backen. Danach das Ei mittig auf die Pizza schlagen und diese in ca. 10 Min. fertig backen. Aus dem Ofen nehmen, in Stücke schneiden und servieren.