

Pfannen-Pizza mit süßsauren Zwiebeln

Für zwei Personen:

Für die Pfannepizza:

4 Cocktailtomaten	25 g Babyspinat	125 g Büffelmozzarella
3 EL Naturjoghurt	3 EL Dinkelmehl, Typ 630	1 Msp. Backpulver
getrockneter Oregano	Salz, Pfeffer	

Für die süßsauren Zwiebeln:

2 rote Zwiebeln	2 EL Honig	2 EL Balsamicoessig
Salz		

Für die Pfannepizza:

Den Joghurt, das Mehl und das Backpulver zu einem Teig verkneten und mit einem Nudelholz ausrollen. Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und den Teig hineingeben. Tomaten waschen, trockentupfen und in Scheiben schneiden. Mit Oregano, Salz und Pfeffer würzen. Tomaten auf dem Boden verteilen und den Mozzarella darüber reiben. Deckel auf die Pfanne legen und den Käse schmelzen lassen. Spinat waschen und trockenschleudern. Auf die Pizza geben und einfallen lassen. Mit Pfeffer würzen.

Für die süßsauren Zwiebeln:

Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Honig in einer Pfanne erwärmen und die Zwiebelringe hineingeben. Zwiebeln darin kurz garen, mit Balsamico ablöschen und mit Salz würzen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Malin Veith am 11. Juni 2020