

# Grünkohl-Pizza

## Für 10 kleine Pizzen

### Teig:

500 g Mehl (405)	$\frac{1}{2}$ Würfel Hefe	0,2 l Wasser
1 EL Olivenöl	1 Prise Salz	1 Prise Zucker

### Tomatensoße:

1 Dose Flaschentomaten	1 Prise Salz	Zucker
2-3 EL Olivenöl		

### Fertigstellung:

200 g frischer Grünkohl	750 g Edamer	2 Kugeln Mozzarella
100 g Parmesan		

### Teig:

Die Hefe zerbröckeln, mit etwas Zucker und Wasser verrühren und einige Minuten quellen lassen. Das Mehl mit der aufgelösten Hefe, Salz und Wasser in eine Schüssel geben und mit der Küchenmaschine oder den Händen zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Der perfekte Pizza-Teig soll geschmeidig sein und darf weder bröckeln noch kleben. Eventuell noch etwas Wasser oder Mehl hinzufügen. Mindestens 30 Minuten zugedeckt gehen lassen, bis er sich verdoppelt hat. Den Teig danach wieder durchkneten und eine weitere 30 Minuten ruhen lassen.

### Tomatensoße:

Die Tomaten in ein Sieb schütten, den Saft auffangen und Stielansatz sowie Hautreste entfernen. Das Fruchtfleisch zum Saft geben und alles mit einem Kartoffelstampfer zu einem groben Püree zerstampfen. Die Soße mit Salz, Zucker und etwas Olivenöl würzen.

### Fertigstellung:

Edamer in feine Späne hobeln, Mozzarella in Stücke zupfen oder in Scheiben schneiden. Grünkohl gründlich waschen, in Kochwasser 5 Minuten garen. In Eiswasser abschrecken, gut ausdrücken und grob hacken.

Backofen auf volle Hitze (250-280 Grad) stellen, möglichst auch verstärkte Unterhitze hinzuschalten.

Den Teig in Stücke teilen und auf einer bemehlten Fläche portionsweise dünn ausrollen. Mit einem Ausstecher (kleine Schüssel mit dünnem Rand geht auch) kleine Teigfladen (Durchmesser circa 10 cm) ausstechen. Die Teigfladen mit etwas Tomatensoße bestreichen. Darauf den geraspelten Edamer streuen. Den Grünkohl auf den Pizzen verteilen und ein paar Mozzarella-Stücke darauflegen. Die Pizzen auf ein Backblech legen und auf der mittleren oder unteren Ofenschiene etwa 8-10 Minuten backen. Wenn sich die Ränder wölben und goldbraun färben, sind die Pizzen knusprig und kross.

Die Pizzen aus dem Ofen nehmen und mit grob geraspelten Pecorino oder Parmesan bestreuen.

Rainer Sass am 15. Dezember 2019