

Pfannenpizza mit Hähnchen-Brust

Für 4 Personen

Für den Belag:

2 Hähnchenbrustfilets	Salz	1 TL Harissa
4 Frühlingszwiebeln	200 g zarte Kohlrabiblätter	6 EL Olivenöl
1 Spritzer Zitronensaft	200 g geschälte Pelati-Tomaten	3 Stiele Liebstöckel
1 rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 rote Chilischote
2 EL Balsamicoessig	Pfeffer	100 g Gouda, mittelalt

Für den Teig:

400 g Dinkelmehl (630)	1 TL Backpulver	330 g griech. Joghurt (10%)
2 EL Olivenöl	Salz	Mehl, Olivenöl

Den Backofen auf 170 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Hähnchenfleisch abwaschen, trocken tupfen und mit Salz und Harissa würzen. In eine Auflaufform setzen und im heißen Backofen auf der mittleren Schiene etwa 30 Minuten garen. (Wer keine Hähnchenbrust auf dem Knochen bekommt, kann ausgelöstes Hähnchenbrustfilet verwenden. Beim Garen auf dem Knochen bleibt das Fleisch schmackhafter und saftiger.) In der Zwischenzeit für den Teig Mehl und Backpulver in einer Rührschüssel mischen.

Joghurt, Öl und Salz hinzufügen und alles am besten mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. Bei Bedarf etwas mehr Mehl dazu geben. Den Teig abgedeckt etwa 15 Minuten ruhen lassen.

Währenddessen für den Belag die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden.

Die Kohlblätter waschen, trocken schütteln und in dünne Streifen schneiden.

Kohlblattstreifen und Frühlingszwiebeln mit 1 Prise Salz, 3 EL Öl und dem Zitronensaft mischen, leicht durchkneten und marinieren.

Für die Sauce die geschälten Tomaten grob würfeln.

Den Liebstöckel abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und grob hacken.

Chili längs halbieren, putzen, waschen und fein hacken.

Tomaten, Liebstöckelblätter, Zwiebel, Knoblauch und Chili mit restlichem Öl und Essig in einen hohen Mixbecher geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Stabmixer fein pürieren.

Den geruhten Teig in 4 Stücke teilen, jedes Teigstück nochmals durchkneten und zu einer Kugel formen.

Dann auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche jeweils zu einem Fladen ausrollen.

Sobald das Hähnchen fertig gegart ist, die Fladen nacheinander in einer heißen Pfanne in etwas Öl auf jeder Seite etwa 4 Minuten ausbacken.

Gebackene Fladen aus der Pfanne nehmen und leicht abkühlen lassen.

Währenddessen das Hähnchenfleisch vom Knochen lassen, in Stücke schneiden oder zupfen.

Die Fladen zunächst mit Tomatensauce bestreichen und einige marinierte Blattstreifen darauf geben.

Dann mit dem Hähnchenfleisch belegen, den Käse darüber reiben und die Pfannenpizza servieren.

Antonina Müller am 28. Januar 2022