



Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

- 250 g Weizenvollkornmehl
- 1 Pkg. Trockengerm
- 175 ml lauwarmes Wasser
- 1 EL Öl
- 0,5 TL Kräutersalz
- Tomatensauce
- geriebener Käse
- 2 Stk. Karotten
- Mais
- 150 g Schinken
- Paprikas
- Paradeiser
- Eier
- Oregano

Mein persönlicher Tipp

Die lustigen Pizzagesichter sind super für Kindergeburtstage geeignet.



Romana Schneider-Lenz
Referentin für Ernährung in Linz

Quellen:



Lustige Pizzagesichter



Foto: Romana Schneider-Lenz - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- o Mehl, Trockengerm, Wasser, Öl und Kräutersalz in eine Schüssel geben und so lange kneten, bis ein glatter Teig entsteht.
- o Dann Teig ca. 20 Minuten rasten lassen.
- o In der Zwischenzeit die Zutaten für den Belag vorbereiten.
- o Die Karotten putzen und fein reiben.
- o Wenn die Maiskörner aus der Dose sind, abseihen und abtropfen lassen.
- o Schinken und Paprika in Streifen schneiden.
- o Die Tomaten in Scheiben schneiden.
- o Natürlich können die Zutaten auch individuell je nach Vorlieben gewählt werden.
- o Den Teig nochmals gut durchkneten.
- o Das Backrohr auf 200 °C vorheizen.
- o Den Teig in 6 bis 8 Stücke teilen und jedes Stück mit Hilfe eines Nudelwalkers zu kleinen Fladen ausrollen.
- o Diese Fladen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und mit Tomatensauce bestreichen.
- o So los geht's mit dem Belegen der lustigen Pizzagesichter.
- o Einfach der Phantasie freien Lauf lassen.

Ein Vorschlag für ein Pumuckelgesicht:

- o Du streust am oberen Teil Karotten und Käseraspel als Haare.
- o Für die Augen verwendest du zwei Eierscheiben.
- o Die Nase schneidest du aus Paprika und als Mund verwendest du eine halbierte Tomatenscheibe.
- o Probier einfach nach Lust und Laune aus, du wirst sehen, es werden viele tolle Gesichter entstehen.
- o Zum Schluss bestreust du die Gesichter noch mit Oregano (Sommersprossen).
- o Nun im vorgeheizten Backrohr 15 Minuten backen.

Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen
traditionell & saisonal

Landwirtschaftskammer
Oberösterreich: *Kursunterlage Pizza
und Co*



lk Bäuerinnen
Österreich

Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investieren Europa in
die ländlichen Gebiete.

