



Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten:

- 150 g Weizenmehl
- 50 g Dinkelmehl
- 250 ml Milch
- 3 Stk. Eier
- Salz
- Löwenzahnblüten-knospen
- Gänseblümchen
- Huflattichblüten
- Brennnesselblätter
- Gundelreben
- Schlüsselblumenblätter
- Selchfleisch
- geriebener Käse
- Kräutersalz
- Taubnesselblüten

Mein persönlicher Tipp

Diese Art von Pizza ist sehr rasch zubereitet und kann beliebig belegt werden.



Eva Maria Lipp

Ernährungsberaterin und
Kochschulleiterin in Leoben



Quellen:

Blumen-Kräuter-Pizza



Foto: Eva Maria Lipp - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- o Mehl mit Salz und Milch verrühren, kurz rasten lassen, Eier zugeben.
- o Für den Belag: alle Kräuter klein schneiden und mit dem Selchfleisch vermengen.
- o Öl in einer Pfanne erhitzen, eine etwas dickere Palatschinke eingießen, diese mit dem Belag bestreuen, Kräutersalz darübergeben und mit geriebenem Käse bestreuen.
- o Im vorgeheizten Rohr bei 170°C ca. 5-10 min. überbacken.
- o Mit Taubnesselblüten garnieren und sofort servieren.

Variation:

- o Belag mit frischen Gartenkräutern, Mozzarella und Schinken



Eva Maria Lipp: Seminarrezept