

Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

300 g Dinkelmehl
150 g Erdäpfel, mehlig
60 g Öl
1 Stk. Ei
20 g Frischhefe
65 ml Milch
Salz
Pfeffer, frisch gemahlen
Muskat, gerieben
frische Kräuter

Mein persönlicher Tipp

Das Grundrezept kann auch für süße Speisen verwendet werden. Für süßen Teig 2 EL Zucker, etwas Rum und geriebene Zitronenschale begeben.



Romana Mairinger

Seminarbäuerin im Bezirk Vöcklabruck

Erdäpfelpizza



Foto: LK OÖ/Maria Schönleitner - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Zutaten: 300 g Dinkelfeinmehl (oder glattes Mehl), 150 g mehliges Erdäpfel (gekocht), 60 g Öl (ca. 7 EL), 1 Ei, 20 g Frischgerm, 1/16 l Milch, Salz, Muskat, evtl. Kräuter frisch oder getrocknet
- Erdäpfel waschen, dämpfen und schälen.
- Inzwischen die zerbröselte Germ in lauwarmen Milch auflösen.
- Erdäpfel noch warm durch die Presse drücken und mit Mehl, Öl, Ei und der Germmilch (zu einem geschmeidigen Teig kneten).
- Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. eine halbe Stunde gehen lassen.
- Anschließend den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals gut durchkneten.
- Teig zu Rollen formen.
- Teigstücke in der gewünschten Pizzagröße abstechen.
- Diese zu Kugeln formen, zugedeckt nochmals ca. 20 Minuten gehen lassen.
- Nun die Kugeln mit einem Teigroller oder einfach mit der Hand zu Teigfladen für Pizzen formen.
- Diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und nach Wunsch mit Tomatensauce, Gemüse, Schinken, Käse etc. belegen.
- Im vorgeheizten Backrohr bei 200 °C knusprig backen.

Quellen:



Mag. Christine Schober, Mag. Helmut Eiselsberg, Ulrike Haunschmid & Romana Schneider: *Kursunterlage Erdäpfelküche- Entdecke die Vielfalt*

Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen
traditionell & saisonal

der tollen Knolle



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.

