

Buchvorstellung: „In Pizza We  
Crust“ von  
Tzschirner/Vilgis/Esswein  
(Callwey)



Heute stelle ich euch Lesefutter vor, das in meinen Augen ein Must-have für alle Pizza-Fans ist! Im neuen Buch von Callwey findet ihr nicht nur super kreative Ideen für Beläge und verschiedene Teigsorten, sondern ihr lernt auch wahnsinnig

viel darüber, was beim Gehen oder Backen im Teig passiert, wie  
Wurstwaren oder Käse entstehen, warum es relevant ist, wie  
dick der Belag geschnitten ist, und und und



# INHALT

- 6 Vorwort -  
Hubertus Tzschirner
- 8 How to use the book
- 10 Die Pizza-Matrix
- 16 Der große Prüfstand -  
Alle Wege führen zur  
Pizza

## TEIG 20

---

- 22 Mehl verstehen
- 24 Hydration & Salz
- 26 Fett, Zucker & Enzymkram
- 28 Hefe, Vorteige &  
Fermentation
- 30 Gärung und Teigführung
- 32 Backtechnik &  
Temperaturführung
- 34 Backzeit & Krustenbildung
- 36 Teigrezepte
- 44 In Science we trust - Teig

## PIMP MY DOUGH 52

---

- 54 Würzen, rösten, veredeln
- 60 Step-by-Step: Teig

## SAUCE 66

---

- 70 Saucenrezepte
- 80 In Science we trust - Saucen

## KÄSE 82

---

- 84 Die Zwischenschicht
- 88 Beyond Mozzarella
- 90 Mozzarella -  
Die Herstellung
- 92 In Science we trust -  
Käse

## BELAG 98

---

- 100 Alles aus Beet, Busch  
& Biokiste
- 108 Alles aus Stall, Wald  
& Weide
- 118 In Science we trust -  
Fleisch, Salami &  
potenziertes Umami
- 120 Alles aus Fluss, Meer  
& Muschelbett
- 124 In Science we trust -  
Belag

## PIMP MY PIZZA 128

---

- 130 Die Bühne gehört dem  
Finish
- 140 Spice up your Pizza -  
mit Antje de Vries
- 142 In Science we trust -  
Pimp your Pizza

## KRÄUTER 146

---

- 148 Was sie bewirken &  
wann sie dazukommen

## HOW TO USE THE LEFTOVERS 150

---

- 152 Dip-Rezepte für Pizza-  
Teigrand-Taucher
- 156 Plant-Based Pizza-  
Genuss

## DIE REZEPTE 160

---

## SERVICE 302

---

- 304 Pizza Facts & Hacks
- 308 Beilagen
- 310 Bezugsquellen &  
Produktinfos
- 312 Die Pizzabande
- 316 Register
- 318 Callwey Verlagsseite
- 320 Impressum

Schon lange habe ich nicht mehr so viel gelernt beim Lesen eines Kochbuchs! Ich durfte das Buch endkorrigieren, was mir

große Freude bereitet hat. Allerdings musste ich bei den hochwissenschaftlichen Seiten „In Science we trust“ auf die Experten vertrauen. Bei chemischen Reaktionen bzw. „molekularem Insiderwissen für Perfektionisten“ bin ich leider raus.

Aber schauen wir mal ins Buch:

## **Inhalt**

Der Inhalt ist durchaus üppig. Viel Theorie, ob zur Mehlsorte, Temperaturführung, Saucenherstellung, Mozzarella-Herstellung oder Pizza-Facts.

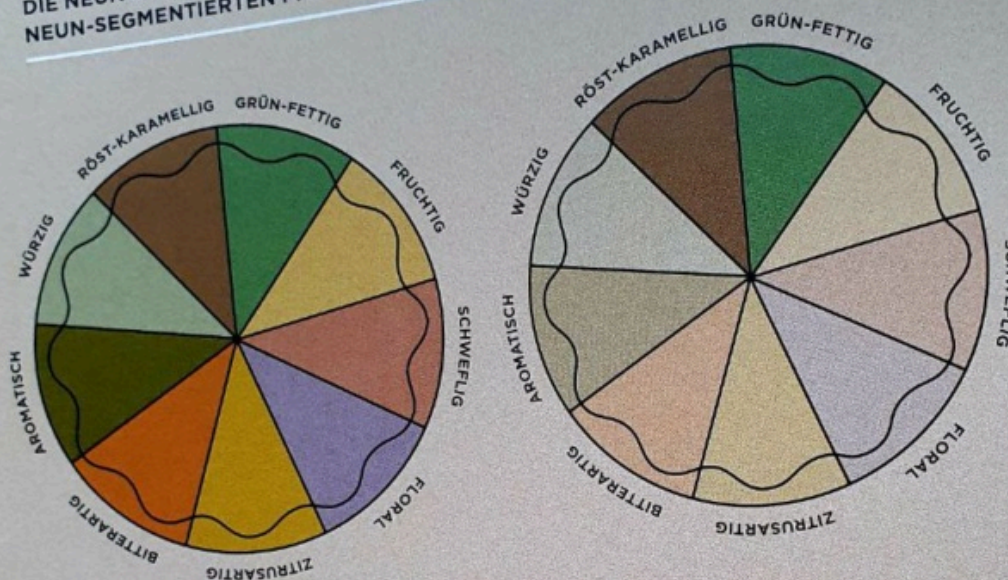
Nach den ersten Einführungen und Anmerkungen rahmen 9 Kapitel das große Rezepte-Kapitel ein. Wirklich nützlich ist hier auch der letzte Teil „SERVICE“.

Man lernt alles, was man zum Backen der perfekten Pizza braucht: Teig, Saucen, Käse, Belag, Pimpen, Kräuter, Resteverwertung (Die Foodsaverin in mir jubelt!), Bezugsquellen etc.



IN SCIENCE  
WE TRUST

## DIE NEUN GRUNDLEGENDEN AROMEN SCHREIEN NACH EINER NEUN-SEGMENTIERTEN PIZZA: VOILÁ:



### Aber wie riecht unsere langweilige Minimalpizza?

Ganz einfach: so wie oben beschrieben – als wären ausschließlich die allgegenwärtigen grün-, grasig-, fettig- und wachsig-aromatischen Noten sowie die röstig-karamellartigen Aromen aus Teig und Olivenöl beteiligt. Das zeigt: Sowohl Olivenöl als auch Teig steuern Aromen aus derselben Aromaklasse desselben Geruchsgrundtyps bei. Olivenöl riecht grasig, Teig ebenfalls.

Denn diese grünen, grasig-fetten Gerüche kommen in allen Lebensmitteln vor. Sie entstehen aus Fettsäuren, und die finden sich bekanntlich in den Zellmembranen von Tieren und Pflanzen. Alles andere – also die übrigen Aromagruppen – kann nun systema-

tisch aromatisch ergänzt werden, um gezielt neue Segmente zu betonen.

Die röstig-karamellartigen Aromen sind typische Prozessaromen, ebenso wie manche Schwefelnoten. Sie entstehen beim Braten, Grillen, Rösten, Backen, Fermentieren, Reifen. Alle anderen Geruchssegmente sind naturgegeben – durch Pflanzen- oder Tiermetabolismus – oder sie entstehen als biochemische Lockstoffe (florale Duftmoleküle) oder chemische Abwehrstoffe gegen Fraßfeinde (z. B. zitrisch, herbal, harzig-holzartig oder würzig).

Wir dürfen damit ausgiebig spielen. Aromen sind dies: die Vanille, die Bittermandel und der Holzrauch aus dem Holzstoff Lignin.

links: Die Basisaromagruppen (grün, fruchtig, schweflig, floral, zitrus-/kräuterartig, holzig, harzig, aromatisch, würzig und röstig-karamellartig) für alle Lebensmittel finden sich auch in Pizzen wieder

rechts: Bei der Basispizza sind lediglich Gruppen grün/fettig und röstig/karamell betont. Den Rest machen Beläge, Saucen und Pimpereien.

Kostprobe?

Wer die Theorie bestanden hat, darf sich an der Praxis versuchen. Und oh, sieht die lecker aus! Wunderschön bebildert locken die vielseitigen Pizzen. Man möchte die Seiten ablecken.

Köstlich klingt zum Beispiel die „Purple Haze“ mit Ziegenfrischkäse, pinkem Spitzkohl, Gorgonzola, Birne, Speck, Pekannuss und Petersilie.

Oder die „Honey Heat Milano“ mit Mailänder Salami, gelben Tomaten, Chili-Honig und Fior di Latte.

Oder die „Bolo Habibi“ mit Linsen-Kichererbsen-Bolo, Kreuzkümmel, Zhoug, Joghurt, Granatapfel, Minze und Dill.





Wie ihr lest, sind Einflüsse aus aller Welt auf den Pizzen gelandet. Da geht es auch mal indisch zu, oder arabisch.



Die Rezepte sind sehr übersichtlich. Zu Beginn wird immer angegeben, welcher Teig, welche Sauce verwendet wird, und wie man die Pizza pimpen kann.

Für jeden ist was dabei, ob vegetarisch, mit Fisch oder Wurst/Fleisch. Sogar ein Teig mit Vollkorn – aus dem Naschkater schon Brötchen gebacken hat, die wirklich super geworden sind! Und – die Italiener würden uns steinigen – Pizza mit Ananas gibt es auch. Trotz meiner sehr italienischen Seele lieb ichs einfach (da kommt die Deutsche in mir durch). Clemens Wilmenrod (dem ersten deutschen Fernsehkoch) sei Dank für diese tolle Erfindung.

ch der Ruhe folgt die Action –  
Weiterverarbeitung nach der  
Phase

**01 NACH DER GARE IST VOR DER PIZZA**  
Jetzt wird's ernst. Nach der Stückgare  
entscheidet sich, ob Du in der Herstellung  
alles richtig gemacht hast. Die Teiglinge  
müssen – direkt aus dem Kühlschrank  
mindestens 30 Minuten abgedeckt bei  
Raumtemperatur, mit Deckel auf der Box  
stehen. Danach die Teiglinge in der Box  
großzügig mit Semola bestreuen – das  
schützt und erleichtert das Handling.

**02 COMING OUT**  
Arbeitsfläche ebenfalls mit Semola  
bestreuen und die Teiglinge jeweils  
hineinsetzen.

**03 LUFTVERTEILUNG**  
Jetzt kommt der wichtigste Schritt. Beim Ausbreiten entscheidet sich, ob die luftige Gare  
erhalten bleibt oder verpufft. Mit beiden Händen sanft aus der Mitte nach außen streichen  
und die Luft gezielt in den Rand drücken. Wer das Ignoriert, landet geschmacklich wieder  
am Start: Gehe nicht über Los, habe keine Luft im Teig, begib Dich zurück zum Anfang.

**04 GRÖßENVERTEILUNG**  
Nun mit beiden Händen den Teig entge-  
gengesetzt nach außen ziehen, dabei leicht  
rotierend arbeiten.

**05 STRETCHING**  
Den ausgebreiteten Teig auf die Handrücken legen und behutsam, aber bestimmt bis zur  
gewünschten Größe dehnen. Hier spürst Du das Ergebnis Deiner Arbeit – das elastische,  
atmende Glutengrüst. Für mich der schönste Moment im ganzen Prozess.

**06 POSITIONSWECHSEL**  
Sobald der Teig die gewünschte Größe  
erreicht hat, gleitet er über die Handrücken  
zurück auf die Arbeitsfläche.

**07 ABKLOPFEN**  
Überschüssiges Semola durch leichtes  
Abklopfen entfernen und zurück auf eine  
saubere, semolafreie Fläche setzen.

**08 DIE BASIS**  
Die Sauce Deiner Wahl mit einer Kelle  
mittig auf dem Teig platzieren, dann in kreis-  
förmiger Bewegung verteilen.

**09**

**10 NEXT LEVEL**  
Die Hauptzutaten folgen: ob Klassiker wie  
Basilikum und Tomate oder kreative  
Kombinationen – Jetzt wird mit Blick fürs  
Schöne belegt.

**11 PFEFFER & ÖL**  
Ein dünner Strahl Olivenöl über Rand und  
Belag bringt Glanz und Geschmack. Wer  
mag, würzt mit etwas frisch gemahlenem  
Pfeffer.

**12 READY TO CRUST**  
Mit einer Pizzaschaufel schwingvoll unter  
den Teig fahren, die Ränder ggf. in Form  
bringen und siegesicher zum Ofen  
marschieren.

**13 HEAT IT ON**  
Nun wird gebacken, ob im Backofen mit  
Pizzafunktion und Pizzastein, im Pizzaofen  
mit rotierendem Pizzastein, oder im  
Kamado grill auf dem Pizzastein.

Keine Angst: auch wenn ein Pizzaofen mit hoher Temperatur natürlich das Non-plus-ultra ist, kann man die Pizzen auch im

Küchenofen backen. Dazu findet man ausführliche Tipps und Tricks.

Ich bin sehr begeistert von diesem Buch und wer gerne Pizza selbst bäckt – oder damit anfangen möchte – sicher auch.

Allen Pizza-Fans wünsche ich viel Freude beim Schmökern, Experimentieren und Vernaschen!





Eure Judith



---

# Herzhafte Roggen-Pizza mit Blauschimmel, Birne, Walnuss & Radicchio



Letztes Wochenende habe ich den ruhigen Sonntag genutzt, um ein Rezept für Roggen-Pizzateig auszuprobieren. Gesehen hatte ich das in einer alten Brigitte, die mir eine Freundin weitergegeben hatte. Ich fand die Idee von Roggenteig als Pizzaboden so spannend, dass ich das unbedingt testen wollte.



Den Belag fand ich zwar auch schön, aber natürlich habe ich die Pizzen trotzdem völlig anders belegt.

Mein Fazit: Super-lecker! Der Roggenteig gibt der Pizza eine extra herzhaft Note und Blauschimmel, Birne, Walnuss und Radicchio finde ich einfach eine geniale Kombination! Ich hoffe, euch wird diese ungewöhnliche Pizza genauso gut schmecken, wie uns.





Natürlich könnt ihr beim Belag wieder eurer Fantasie freien Lauf lassen. Das Originalrezept schlägt Crème fraîche, Sahnemeerrettich, Taleggio-Käse, eingelegte Borretane-Zwiebeln und Radicchio/Treviso sowie Balsamico-Creme vor. Sicher schmecken auch Waldpilze mit Zwiebeln und Kräutern gut oder kurz gedünsteter Spinat mit Blauschimmelkäse oder Feta und roten Zwiebeln... Die Möglichkeiten sind endlos.

#### Für 6 kleine Pizzen:

##### **TEIG:**

300 g Roggenmehl (Type 1150)  
 $\frac{1}{2}$  Würfel Hefe oder  $\frac{1}{2}$  Tütchen Trockenhefe  
1 TL Zucker  
2 EL Öl  
1 TL Salz  
Mehl zum Bearbeiten

##### **BELAG:**

150 g Schmand  
1 kleine rote Zwiebel  
ca. 80 g Blauschimmelkäse  
1 grüne Birne  
1 Handvoll fein geschnittener Radicchio  
6 Walnüsse  
Salz, Pfeffer

Für den Teig das Mehl in eine Schüssel sieben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe mit dem Zucker in 50 ml lauwarmem Wasser auflösen, dann in die Mulde geben und mit etwas Mehl vom Rand zu einem dickflüssigen Teig verrühren. Zugedeckt an einem warmen Ort 20 Minuten gehen lassen.

Dann 200 ml Wasser, Öl und Salz zum Teig geben und alles mit den Knethaken verkneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort 1 Stunde gehen lassen.

In der Zwischenzeit den Belag vorbereiten und bereit stellen: Den Schmand glatt rühren und mit etwas Salz und viel frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

Die Zwiebel schälen und in hauchfeine Spalten schneiden. Den

Blauschimmelkäse würfeln. Die Walnüsse vierteln. Die Birne waschen, trocknen und mit Schale in hauchdünne Spalten schneiden.

Dann den Ofen mit 2 Blechen auf 230 °C Umluft vorheizen.

Den Teig sechsteln und jedes Teigstück rund formen, auf einer bemehlten Fläche flach drücken und von der Mitte her mit den Fingern gleichmäßig dünn drücken (der Rand kann etwas dicker bleiben).

Die Pizzen mit etwas Abstand auf zwei Bögen Backpapier legen und mit Schmand, Zwiebeln, Birne und Käse belegen. Die heißen Bleche kurz aus dem Ofen holen, die Backpapiere mit den Pizzen darauf gleiten lassen und im Ofen 10–15 Minuten backen. (Mit einem Pizzastein geht das sicher sehr viel schneller.) Die fertigen Pizzen mit dem Radicchio und Walnüssen bestreuen.





Als nach dem Backen (und Fotografieren) Naschkater nach Hause kam, riss er die Augen auf und meinte: „Das riecht ja himmlisch hier!“ Er fing sofort an zu schlemmen und es schmeckte ihm auch himmlisch gut.

Ich wünsche euch viel Spaß beim Kreieren eurer herzhaften Roggen-Pizza und ein genussvolles Wochenende!

Eure Judith

---

**Pizzette aus Dinkelvollkorn &**  
**Traubenkernmehl mit**  
**Gorgonzola, Mangold &**  
**Granatapfel**





Letztes Wochenende hatten wir mal wieder richtig Lust auf Pizza. Auf dem Bauernhof, wo wir gerne samstags unser Obst und Gemüse holen, gibt es auch köstlichen italienischen Käse. Wir sind eigentlich jedes Mal im Kaufrausch.

Der cremigste Gorgonzola überhaupt (er wird mit Mascarpone gemacht, also kein Wunder) hat es uns sehr angetan. Und passend dazu tauchten Gelüste nach Gorgonzola-Pizza auf.

Da kein Spinat da war, nahm ich gedünsteten Mangold und weil ich gerne das neue Traubenkernmehl, das ich bei Foodsharing entdeckt und gerettete hatte, ausprobieren wollte, machte ich eine gesündere Pizza aus frisch gemahlenem Dinkelvollkorn mit ca. 10% Traubenkernmehl.



Traubenkernmehl enthält sehr viele Ballaststoffe – so wie



Vollkornmehl an sich ja auch schon -, allerdings kann man nur 8–10% des „normalen“ Mehls dadurch ersetzen. Es hat eine angenehm nussige Note und ist überhaupt nicht bitter, wie ich befürchtet hatte. Man kann es sicher auch gut in einen Smoothie rühren oder für Kuchen verwenden. Da werde ich sicher noch öfter experimentieren.

Die kleinen Pizzen sind sehr herzhaft geworden. Der Teig aus Vollkornmehl und Traubenkernmehl wird natürlich nicht so luftig und leicht wie mit Weißmehl, aber wenigstens knusprig wollte ich ihn haben und das ist gelungen. Er ist nicht so elastisch, also sollte man ihn vorsichtig mit den Händen möglichst dünn dehnen.

#### **Für 4 Pizzetten:**

400 g (frisch gemahlenes) Dinkelvollkornmehl

40 g Traubenkernmehl

60 g feiner Maisgrieß

2 TL Salz

250 ml Wasser + 50 ml zum Kneten

10 g Trockenhefe

#### Belag:

1 großer oder 2 kleinere Mangold

Olivenöl

100 g Gorgonzola

6 Knoblauchzehen, gehackt

Chiliflocken oder scharfe ChilisaUCE

Salz, Pfeffer

1 kleiner Granatapfel

Für den Teig alle trockenen Zutaten in eine Schüssel wiegen und mischen. Die Trockenhefe in 250 ml lauwarmem Wasser auflösen und zur Mehlmischung geben. Alles verkneten und nach und nach so viel Wasser zufügen, bis ein glatter Teig entsteht. Den Teig auf der Arbeitsfläche 5 Minuten kneten und



dabei die Hände immer wieder mit etwas Wasser benetzen, damit der Teig nicht zu trocken wird (das Vollkorn zieht auch noch mal mehr Wasser als Weißmehl). Den Teig dann zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen (beispielsweise der kurz auf 40 Grad aufgeheizte und dann ausgeschaltete Ofen).

In der Zwischenzeit den Mangold putzen und die Stiele in ganz feine Streifen schneiden. Das Blattgrün in Streifen schneiden. Eine große Pfanne erhitzen und die Stiele in Olivenöl anschwitzen. Die gehackten Knoblauchzehen dazugeben, dann das Blattgrün und alles dünsten, bis der Mangold gar ist. Die Pfanne vom Herd nehmen und alles abkühlen lassen. Mit Pfeffer, 1 Prise Salz und nach Belieben mit Chili abschmecken.

Nach 1-2 Stunden, sobald der Teig schön aufgegangen ist und sein Volumen verdoppelt hat, den Teig vierteln. Den Ofen samt Blech auf 200 °C Umluft vorheizen.

2 Teigportionen mit den Händen auf einem Backpapier möglichst dünn ausziehen und zu kleinen Pizzen formen. Mit Mangold und Gorgonzolastücken belegen und einen Faden Olivenöl auf den Pizzetten verteilen. Dann das Papier (am besten mit 4 Händen) auf das heiße Blech ziehen und die Pizzen 10-15 Minuten backen, bis sie gar sind. Den übrigen Teig mit dem Belag ebenso verarbeiten.

Nach Belieben noch ein wenig Chili sowie Olivenöl darüber geben und jede Pizza mit Granatapfelkernen bestreuen.



Natürlich kann man die Pizzen auch ohne das Traubenkernmehl machen, wenn man keines bekommt. Ersetzt es einfach durch weiteres Vollkornmehl oder auch helleres Mehl.

Habt ihr schon mal Traubenkernmehl verwendet? Vielleicht habt ihr ja schon tolle Rezepte damit ausprobiert, die ihr mir empfehlen könnt – egal ob für Brot, Gebäck oder andere Gerichte.

Ich freue mich, von euren Erfahrungen zu hören!

Habt eine genussvolle Woche, ihr Lieben!

Eure Judith

---

**Erdbeerzeit: Unkomplizierte  
Erdbeer-Pizza (vegan)**





Nachd

em ich letztes Wochenende unterwegs war, litt Naschkater Anfang der Woche an ganz furchtbarem Kuchenhunger. Also stöberte ich in meinen Backbüchern, aber die zündende Idee wollte sich nicht einstellen.

In „Seelenwärmer“ sah ich einen herzhaft belegten Blätterteig und überlegte, so etwas in süß mit Erdbeeren zu backen. Allerdings war ich zu faul, einkaufen zu gehen und überlegte mir eine Alternative mit Zutaten, die ich im Haus hatte.

Schließlich entstand diese unkomplizierte Pizza aus meinem veganen „Quark“-Öl-Teig, den ich diesmal mit Margarine machte. Der Pizzaboden hatte ein bisschen was von einem Scone, was ich prima fand, weil ich dieses englische Tea-Time-Gebäck sehr liebe und es prima zu Erdbeeren passt.



Den  
Belag kann man natürlich ganz nach Geschmack und Saison



variieren und zum Beispiel noch Mandelblättchen drüber streuen oder nach dem Backen Schokosauce oder geschmolzene Schokolade darüber träufeln. Der Fantasie sind wie immer keine Grenzen gesetzt.

### **Für 1 Pizza:**

#### **Teig:**

125 g Dinkelmehl 1050

5 g Backpulver

20 g Zucker

80 g Mandeljoghurt

25 g Margarine

#### **Belag:**

2 EL Erdbeerkonfitüre

6–8 kleine oder mittelgroße Erdbeeren

30 g weißes Mandelmus

1 EL Agavendicksaft

#### **Garnitur:**

Frische Minzblättchen

Die Erdbeeren waschen, trocken tupfen, das Grün entfernen und die Früchte halbieren.

Alle trockenen Zutaten in eine Schüssel wiegen. Mandeljoghurt und Margarine ebenfalls dazu wiegen und alles zu einem homogenen Teig verkneten.

Ein Blech mit Backpapier bereit stellen und den Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Teig zu einer Kugel formen, auf das Blech legen und zu einer dünnen Pizza flach drücken/formen. Falls der Teig ein wenig klebt, die Finger etwas anfeuchten oder einen Silikonspatel zu Hilfe nehmen.

Die Konfitüre auf dem Teig verstreichen und dabei einen Rand frei lassen. Die Erdbeerhälften mit der Schnittfläche nach unten darauf verteilen. Das Mandelmus mit dem Agavendicksaft verrühren und in Klecksen auf der Pizza verteilen.

Die Erdbeer-Pizza 20–25 Minuten backen. Auf einem Gitter abkühlen lassen und mit der Minze garnieren.



Ich hätte besser die doppelte Menge gemacht, denn die Pizza wurde direkt nach dem Fotoshooting aufgefuttert. Kein Krümel blieb für den nächsten Tag übrig. Gut, dass sie so schnell gemacht ist – sicher backe ich sie bald noch mal.

Habt ihr auch Lust auf diese süße Pizza? Ich freue mich, wenn euch das Rezept gefällt und ihr mir berichtet, wie euch die



Pizza geschmeckt hat!

Habt eine genussvolle Restwoche und ein entspanntes Wochenende!

Eure Judith

---

## Herzhafte Pissaladière mit roten Zwiebeln



Meine erste Pissaladière habe ich vor einigen Jahren auf dem Wochenmarkt in Montpellier gegessen. Ich war mit meiner Brieffreundin in Südfrankreich unterwegs und wir machten Station in dieser uns bis dato unbekannten Unistadt. Der Markt befindet sich ganz malerisch unter einem Aquädukt gelegen und man findet dort allerhand regionale und internationale

Köstlichkeiten.

Von der Pissaladière hatte ich natürlich im Reiseführer gelesen und wollte das unbedingt ausprobieren. Und so biss ich bei unserem Mittagsspicknick nach dem Marktbummeln herzhaft in ein dick mit Zwiebelmasse belegtes Stück Fladenbrot. Ich weiß noch, dass es eine recht fettige Angelegenheit war, ungefähr so schwierig zu essen wie ein Döner – und eine Offenbarung. Diese Zwiebelpizza aus dem Süden Frankreichs schmeckt soooo köstlich! Generell mag ich Zwiebelkuchen und Oliven und Sardellen als herzhaft Würze setzen dem ganzen meiner Meinung nach die Krone auf.





Als ich Naschkatzenmama ein Foto von meinem neuesten Experiment schickte, fragte sie, was der Name eigentlich

bedeuten würde. Falls ich es damals gelesen hatte, wusste ich es nicht mehr. Nach einem Ausflug ins Netz bin ich wieder schlauer und will euch das natürlich nicht vorenthalten:

Eigentlich kommt die Pissaladière aus Nizza, ist aber mittlerweile in ganz Südfrankreich und sogar Italien verbreitet. Der Name kommt vom Pissalat, den feinpürierten Sardellen, die in die Zwiebelmasse kommen oder als Filets darauf gelegt werden. Man kann die Pissaladière warm oder kalt essen – beides schmeckt hervorragend.

Normalerweise nimmt man weiße Zwiebeln, aber ich mag die roten noch lieber. Leider waren ein paar faulig, deswegen hatte ich etwas weniger Zwiebelmasse als geplant. Macht ruhig die ganze Menge und haut ordentlich was davon auf die Fladen!

Für 8 ovale Pissaladières:

**Teig:**

500 g Dinkelmehl Type 630

1 Tütchen Trockenhefe

3 EL Olivenöl

300 ml lauwarmes Wasser

1 TL Salz

**Belag:**

1,5 kg rote Zwiebeln

3 Knoblauchzehen, gepresst

2 Thymianzweige

1 gestr. EL Zucker

1 Dose Anchovis \*

Schwarze Oliven \*\*

Olivenöl

Salz, Pfeffer

*\* Ich habe keine gefunden und stattdessen Kieler Sprotten genommen. Die sind zwar geräuchert, aber ansonsten ein passabler Ersatz.*

*\*\* Am besten welche mit Stein. Falls ihr entsteinte kauft, achtet darauf, dass es echte schwarze Oliven und keine gefärbten sind (dann steht auf den Zutaten Färbemittel drauf –*



*eine Unsitte, wie ich finde)!*

Alle Zutaten für den Teig in eine große Schüssel wiegen und zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig mit einem feuchten Küchentuch abdecken und an einem warmen Ort 1 Stunde gehen lassen.

Die Zwiebeln schälen und in Rinde oder Spalten schneiden. In einem großen Topf das Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln mit dem Knoblauch, dem Thymian und dem Zucker hinein geben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und bei schwacher Hitze so lange schmoren lassen (mind.  $\frac{1}{2}$  Stunde), bis die Zwiebeln weich und fast konfitüreartig sind. Dann die Sardellen hinzufügen.

Wenn der Teig sein Volumen verdoppelt hat, den Ofen auf 180 °C vorheizen, die Arbeitsfläche ganz leicht bemehlen und den Teig halbieren. Jede Hälfte zu einem dicken Strang formen, vierteln und jedes Teil zu einem ovalen Fladen drücken. Die Fladen auf zwei Bleche mit Backpapier legen und die Zwiebelmasse darauf verteilen. Nach Belieben noch Sardellenfilets auf die Zwiebeln legen.

Die Pissaladières ca. 20 Minuten backen, bis der Teig goldbraun und gar ist.



Ich hoffe, ihr habt jetzt Lust bekommen, kulinarisch nach



Südfrankreich zu reisen und diese Pissaladières  
auszuprobieren!

Habt auf jeden Fall ein genussvolles Wochenende!

Eure Judith