



Buchweizen-Avocado-Pizza

Rezept reicht für zwei Bleche

Teig

100g grob gemahlene Weizenkörner

400g Weizenmehl

100g Buchweizenmehl

4 Eßl. Olivenöl

je 1 Teel. Zucker / Salz z.B. Ostseesalz

2 Pack. Hefe

etwas Kräuter de Provence o. Italienische Kräuter

300ml lauwarmes Wasser

Alle Zutaten miteinander verkneten und für 2 Stunden zugedeckt an einen warmen Ort stellen

Aufstrich / Soße

2 Avocados

2 Eßl. Olivenöl

1 Prise Salz

1-2 Knoblauchzehen ausgepresst

1 Spritz. Zitrone o. Limette

Die Avocados halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch in eine Schüssel löffeln. Die übrigen Zutaten hinzufügen und mit einer Gabel verrühren.

Belag

200g heißgeräucherter Schinken

1 kl. Zucchini

1 gelbe Paprika

2 Zwiebeln

250g frische Pilze (Champignons)

400g Cherrytomaten

Zutaten waschen bzw. putzen und in feine Scheiben schneiden. Den Schinken in kleine Stücke schneiden. Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Teig halbieren und auf bemehltem Backpapier mit den Fingern ausbreiten. Die Avocadosoße auf den Pizzateig verteilen.

Gemüse und Pilze auf die Pizza legen, nach Belieben mit etwas Raspelkäse bestreuen, in den Ofen schieben und für ca.15 Minuten backen.