



Zweierlei Pinsa

Zutaten (für acht Portionen):

Teig

2 g frische Hefe
Zucker
20 g Sauerteig (optional, alternativ 5 g Hefe)
420 g Weizenmehl (Type 00, alternativ 550)
50 g Reismehl
30 g Sojamehl oder Kichererbsenmehl
10 g Salz
2 EL Olivenöl

Sowie

50 g Walnüsse
8 Blätter Salbei
200 g Schmand
1 TL Walnussöl
Salz, Pfeffer
1 Zitrone, unbehandelt
1-2 Äpfel
50 ml Olivenöl
Salz
1-2 Zehen Knoblauch
100 g Rucola
2 EL schwarze Oliven
2 Kugeln Burrata (alternativ Mozzarella)

Zubereitung (circa 50 Minuten, ohne Gar- und Wartezeiten):

Die Hefe mit einer Prise Zucker und dem Sauerteig in 340 Millilitern handwarmem Wasser lösen, dann mit den verschiedenen Mehlsorten, Salz und Olivenöl vermischen. Mindestens zehn Minuten kneten, bis ein geschmeidiger Teig entstanden ist. Etwa 30 bis 60 Minuten abgedeckt bei Zimmertemperatur ruhen lassen, dann in einen luftdichten Behälter geben und 24 bis 72 Stunden im Kühlschrank reifen lassen. Je länger er reift, desto intensiver und großporiger wird die fertige Pinsa.

Die Walnüsse trocken in einer Pfanne anrösten und grob hacken. Die Salbeiblätter in feine Streifen schneiden und mit den Walnüssen, Schmand, Walnussöl, Salz, Pfeffer und etwas Zitronenabrieb vermischen. Im Kühlschrank durchziehen lassen.

Am Tag der Zubereitung den Teig portionieren, zu acht Kugeln formen, mit Öl bepinseln und abgedeckt nochmal etwa vier Stunden gehen lassen.

Den Apfel in dünne Spalten hobeln oder schneiden und mit etwas Zitronensaft vermischen. Olivenöl mit Salz und Knoblauch pürieren.

Den Teig dann mit den Händen in ovale Formen bringen, dabei einen Rand formen. Die Hälfte dieser Teiglinge ohne Belag auf einem auf maximale Temperatur vorgeheizten Backstein backen, bis sie braun und knusprig sind (Alternative: umgedrehtes Backblech). Die übrigen



Fladen mit dem Schmand bestreichen, die Äpfel dekorativ darauf verteilen. Auch diese Variante backen, bis der Teig knusprig und gebräunt ist.

Die unbelegten Fladen nach dem Backen mit dem aromatisierten Olivenöl bepinseln, Rucola und Oliven darauf verteilen. Die Burrata in Stücke brechen, darauf geben und mit Pfeffer verfeinern. Beide Sorten gemeinsam servieren.

Nährwerte pro Portion:

519 kcal – 29 g Fett – 12 g Eiweiß – 52 g Kohlenhydrate

Dieses Gericht ist vegetarisch. Burrata kann tierisches Lab enthalten.