



Mini-Pizzen im Raclette

Für den Teig:

1/2	Würfel Hefe
1/2 TI	Salz
400g	Weizenvollkornmehl
3 EL	Olivenöl
200-250ml	lauwarmes Wasser

Für die Tomatensauce:

100g	Tomatenmark
2 EL	Olivenöl
	etwas Wasser
1 TI	Kräutersalz
1 TI	Oregano

Für den Belag:

alles was das Herz begehrt z.B. Paprika, Mais, Pilze, Spinat, Brokkoli, (veganer) Käse

- Hefe und Salz im lauwarmen Wasser auflösen. Das Mehl hinzugeben, erst verrühren, dann verkneten. Öl hinzugeben und nach 1-2-Minuten Feuchtigkeit prüfen. Der Teig sollte nicht mehr kleben. Eventuell noch Wasser oder Mehl hinzugeben.
- Alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Abgedeckt 30 Minuten gehen lassen.
- Die Zutaten der Tomatensauce miteinander verrühren, so dass eine nicht zu flüssige Sauce entsteht.
- Für den Belag das Gemüse waschen, putzen, klein schneiden und eventuell vorgaren.
- Den Teig nochmal kräftig durchkneten und zu einem ca. 0,5 cm dickem Teig ausrollen.
- Mit Hilfe eines Glases runde Kreise ausstechen. Der Durchmesser des Glases sollte kleiner als der Boden der Raclette-Pfännchen sein. Mit der Gabel jeden einzelnen Boden ein paar mal einstechen. So vermeidest du Blasen.
- Nochmals kurz gehen lassen.
- Backofen auf 200°C Umluft vorheizen und die Pizzaböden ca. 5 Minuten vorbacken.
- Pizzaböden mit Tomatensauce bestreichen und nach Geschmack belegen. Im Raclette weitere ca. 10 Minuten backen.
- Wenn die Böden nicht am gleichen Tag gebraucht werden, halten sie sich in einer Plastiktüte 3 Tage oder du frierst sie ein.