

Italienische Rezepte

Calzone mit Gemüsefüllung

Gattung: Gemüse, Italien, Käse, Kräuter, Pizza

Für Den Teig

400 g	Mehl	-anpassen
1	Pk. Trockenbackhefe	2 Essl. Olivenöl
1	Prise Zucker	1/2 Teel. Salz
1/4 Liter	Lauwarmes Wasser, Menge	

Für Die Füllung

200 g	Möhren	2	Oreganozweige
5	Essl. Brühe	1/2	Bund Petersilie
250 g	Zucchini	150 g	Tiefgefrorene Erbsen
100 g	Gekochter Schinken	2	Eier
150 g	Schnittkäse, fettreduziert		Salz
	-20% Fett i.Tr.		Pfeffer

Außerdem

1 Essl. Öl

1. Alle Teigzutaten verkneten und abgedeckt an einem warmen Ort ca. eine Stunde gehen lassen.
2. Für die Füllung Möhren putzen, waschen, würfeln und in der heißen Brühe ca. 5 Minuten dünsten.
3. Zucchini putzen, waschen. Zucchini und Schinken in Streifen schneiden. Käse fein raspeln. Kräuter waschen, trocken tupfen, Blättchen abzupfen und hacken. Vorbereitete Zutaten, Erbsen und Eier mischen. Würzen.
4. Hefeteig nochmals durchkneten und vierteln. Jeweils auf leicht bemehlter Arbeitsfläche zu einer Teigplatte (ca. 20cm Durchmesser) ausrollen.
5. Füllung jeweils auf eine Hälfte des Teiges geben. Ränder dabei frei lassen. Zusammenklappen und die Ränder fest andrücken.
6. Zwei Calzoni auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und die Oberfläche mit der Hälfte des Öls dünn bepinseln. Im vorgeheizten Backofen bei 225 °C ca. 20 Minuten backen. Herausnehmen. Restliche Teigtaschen ebenfalls mit Öl bepinseln und backen.