

Pizza Rezepte

Pizzarolle

Anzahl: 8 Portionen

Gattung: Pizza

Füllung	
1 kleine Zwiebel	100 g Mungbohnen
1 Lauch	-Keimlinge
-Stange	100 g Cocktailtomaten
100 g Schinken	Salz
-gekocht	Pfeffer
1 Essl. Butter	Curry
140 g Gemüsemais	Sojasoße
Teig und Sauce	
125 g Quark	125 g Emmentaler
250 g Mehl	-gewürzt
4 Essl. Öl	2 Essl. Texicana Salsa (Maggi)
4 Essl. Milch	Oregano
1 Ei	2 Essl. Tomatenmark
100 g Nüsse	Kondensmilch
-gewürzt	

Füllung:

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Lauch putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Gekochten Schinken in kleine Würfel schneiden. Butter zerlassen und die Zutaten kurz andünsten, erkalten lassen. Gemüsemais und Mungbohnenkeimlinge gut abtropfen lassen. Cocktailtomaten waschen, halbieren. Die 3 Zutaten mit der erkalteten Masse vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Curry und Sojasauce abschmecken.

Teig und Sauce:

Quark, Mehl, Öl, Milch und das Ei gut vermischen und zu einem Quadrat ausrollen. Mit Tomatenmark und Texicana bestreichen (2 cm Rand freilassen). Füllung auf der Sauce verteilen. Mit 75 g gewürzten Nüssen und 75 g Emmentaler bestreuen. Teig etwa 2 cm nach innen einschlagen. Teig mit Füllung aufrollen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Rolle mit Kondensmilch bestreichen. Mit den restlichen Nüssen und Emmentaler bestreuen.

Pro Stück: 1416 kJ; Eiw.:14.3 g Fett:16.2 g Kohlenhydr.: 31.0 g