

Pizza Rezepte

Fladenbrotpizza Mit Spinat Und Krabben

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: Backen, Pizza, Schnell, Gemüse, Krabben

1/2	Türkisches Fladenbrot; - (etwa 250 g)	4	Essl. Öl
1	Knoblauchzehe		Salz und Pfeffer
350 g	Junger Blattspinat; evtl. TK	100 g	Körniger Frischkäse
		100 g	Nordseekrabbenfleisch

Den Backofen auf höchster Stufe vorheizen. Das Brot vierteln und quer halbieren. Den Knoblauch abziehen. Den Spinat waschen und verlesen. Einen Esslöffel Öl erhitzen, den tropfnassen Spinat zugeben und im geschlossenen Topf zusammenfallen lassen. (TK-Spinat bei kleiner Hitze auftauen lassen.) Zerdrückten Knoblauch dazugeben und kräftig salzen und pfeffern. Den Spinat drei Minuten zugedeckt dünsten.

Inzwischen die Brotstücke im heißen Backofen in etwa drei Minuten knusprig rösten. Den Spinat auf einem Sieb leicht ausdrücken und auf einem Brett grob hacken. Das Brot mit dem restlichen Olivenöl beträufeln. Den Frischkäse unter den Spinat mischen und auf dem Brot verteilen. Die Brotstücke im heißen Ofen drei Minuten erhitzen. Die Krabben darauf verteilen.

Wenn Sie keine frischen Krabben bekommen, nehmen Sie stattdessen 100 Gramm Räucherlachs.

Pro Portion ca. 25 g Fett