Sören Anders **Freitag, 22. Juli 2022**
Pinsa mit Schinken und Käse **Rezept für 4 Personen**

Dauer: über 4 Stunden
Schwierigkeitsgrad: Mittel
Mediterran

Zutaten:

Für den Teig:

350 g	Weizenmehl Type 550
50 g	Dinkelvollkornmehl
75 g	Reismehl
25 g	Kichererbsenmehl
2 g	frische Hefe
250 ml	Wasser
1 TL	Salz
2 TL	Olivenöl
50 g	flüssiger Sauerteig

Für den Belag:

800 g	Tomatenfruchtfleisch in Stücken (Dose)
2 EL	Olivenöl
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
etwas	Zucker
4 Stiele	Oregano
10	Schalotten
2 EL	Butter
1 EL	Honig
2	Burrata-Kugeln (à 125 g)
1/2 Bund	Basilikum
80 g	Parmaschinken, in dünnen Scheiben

Zubereitung:
Hinweis: Der Teig muss 2 Tage im Kühlschrank ruhen.

1. Alle Mehlsorten miteinander vermischen.

2. Die Hefe in einem Teil des Wassers auflösen, in dem restlichen Wasser das Salz lösen. Beides mit Olivenöl und dem Sauerteig zu der Mehl Mischung geben und ca. 10 Minuten mit den Knethaken einer Küchenmaschine zu einem geschmeidigen Teig kneten. Wasser nachgießen, falls der Teig zu trocken ist. Oder noch etwas Mehl zugeben, falls der Teig klebt.

3. Den Teig zugedeckt für 30 Minuten ruhen lassen und ihn währenddessen etwa alle zehn Minuten kurz durchkneten.

4. Anschließend den Teig in ein großes verschließbares Gefäß geben und 48 Stunden in den Kühlschrank stellen und reifen lassen.
5. Den Teig am Backtag 2 bis 3 Stunden vor der Verwendung aus dem Kühlschrank nehmen, bis er die Raumtemperatur angenommen hat.
6. Den Teig noch einmal kurz kneten und vier Kugeln formen, abdecken und noch einmal eine Stunde gehen lassen.
7. Den Backofen auf 250 Grad Umluft vorheizen.
8. Für die Tomatensauce die Tomatenstücke mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Zucker vermischen.
9. Oregano abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Oregano unter die Tomaten mischen, dann zur Seite stellen.
10 Für den Belag die Schalotten schälen und in Spalten schneiden.
11. Butter in einer Pfanne zerlassen, die Schalotten zugeben und auf mittlerer Hitze 4-5 Minuten darin anschwitzen. Den Honig dazugeben, nochmal 2 Minuten durchschwenken und mit Salz abschmecken. Pfanne vom Herd ziehen.
12. Den Teig in 4 Portionen teilen. Die Teigkugeln oval ausrollen und auf mit Backpapier belegte Bleche geben.
13. Die Tomatensauce darauf verteilen, im vorgeheizten Ofen 12 Minuten kross backen.
14. Burrata in einem Sieb gut abtropfen lassen.
15. Basilikum abbrausen, trockenschütteln und die Blätter abnehmen.
16. Die Pinsa aus dem Ofen nehmen. Burrata-Kugeln mit den Fingern grob zerzupfen und auf die Pinsa geben.
17. Parmaschinken in die Zwischenräume legen und die Honig-Schalotten locker darüber verteilen, mit den Basilikumblättern garnieren und noch heiß servieren.

Pro Portion: 965 kcal/ 4020 kJ
99 g Kohlenhydrate, 32 g Eiweiß, 48 g Fett