



Calzone mit Champignons und Schinken

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Cherrytomaten	200 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Olivenöl	2 EL
Pizzateig mit Tomatensauce	2 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Zucker	
Champignons, weiß	250 g
Kochschinken	200 g
Parmesan, gerieben	100 g
Gouda, gerieben	250 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleiner Topf, Backblech mit Backpapier, Pinsel, Küchenkrepp

1. Ofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Tomaten waschen und vierteln. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und hacken. In einem Topf Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen und Tomaten mit Zwiebel und Knoblauch darin ca. 2 Min. dünsten. Ein Glas Tomatensauce zugeben und ca. 5 Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.
2. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und in feine Scheiben schneiden. Schinken in Streifen schneiden.
3. Pizzateig jeweils ausrollen und zur Hälfte mit der Tomatensauce bestreichen. Dabei rundherum etwas Rand freilassen. Mit Parmesan und der Hälfte des Goudas bestreuen und mit Pilzen und Schinken belegen. Ränder leicht mit Wasser bepinseln, freigelassene Teighälfte über die belegte Hälfte klappen und festdrücken.
4. Je 1 Calzone auf ein Backblech mit Backpapier setzen. Calzone mit übrigem Käse bestreuen. Bleche auf der untersten und mittleren Schiene im Ofen ca. 20 Min. knusprig backen. Nach ca. 10 Min. die Bleche tauschen.
5. Calzone aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Portionieren und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1000 kcal
Kohlenhydrate	110 g
Eiweiß	53 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	38 g