

Curry-Pizza mit Lauch und Apfel

Zeit gesamt 30min



Zubereitungszeit 20min





Zutaten

| tur 4 Portionen | | |
|----------------------------|----|-----|
| Lauch | 1 | St. |
| Olivenöl | 4 | EL |
| Currypulver | 1 | TL |
| Äpfel, rot | 2 | St. |
| Rosinen | 3 | 0 g |
| Pizzateig mit Tomatensauce | 2 | St. |
| Crème fraîche | 30 | 0 g |
| Salz | | |
| Pfeffer, schwarz gemahlen | | |
| Minze, frisch | 2 | 0 g |

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, große Pfanne, Backblech mit Backpapier, Sieb

- 1. Ofen inkl. Backblech auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Vom Lauch Wurzelansatz und trockene obere Enden entfernen. Lauchstange in dünne Ringe schneiden, in einem Sieb gründlich waschen und trocken schütteln.
- 2. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen und Lauch mit Curry darin ca. 3 Min. anbraten. Anschließend in eine Schüssel umfüllen.
- 3. Äpfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und in dünne Spalten schneiden. Apfelspalten zusammen mit Rosinen und 2 EL Olivenöl zum Lauch geben und vermengen.
- 4. Teige mit Backpapier entrollen, mit einer Gabel mehrmals einstechen und gleichmäßig mit Crème fraîche bestreichen. Kräftig salzen und pfeffern. Tomatensauce anderweitig verwenden.
- 5. Das vorbereitete Gemüse auf den Teigen verteilen. Eine Curry-Pizza vorsichtig auf das heiße Blech ziehen und im unteren Drittel des Ofens ca. 15 Min. backen. Anschließend die zweite Pizza backen.
- 6. Minze waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Curry-Pizza mit Lauch aus dem Ofen nehmen, in beliebig große Stücke schneiden, mit Minze garnieren und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| Kaloriengehalt | 876 kcal |
|----------------|----------|
| Kohlenhydrate | 129 g |
| Eiweiß | 22 g |
| Ballaststoffe | 4 g |
| Fette | 30 g |