Paprika-Lauch-Pizza mit Oliven



Zeit gesamt
25min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Lauch	1 St.
Paprika, rot	1 St.
Oliven, schwarz	50 g
Öl	1 EL
Schinkenwürfel	125 g
Gouda, gerieben	200 g
Eier	4 St.
Crème fraîche	200 g
Milch	50 ml
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Muskatnuss, gemahlen	
Pizzateig mit Tomatensauce	2 St.

Zubereitung

Küchenutensilien

große Schüssel, mittlere Pfanne, Backblech mit Backpapier, Sieb

1. Ofen auf 250 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Lauch längs halbieren, Wurzelenden entfernen, in feine Streifen schneiden und in einem Sieb waschen. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und klein würfeln. Oliven abtropfen lassen und in Ringe schneiden.

2. In einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Lauch mit Paprika darin ca. 3 Min. anbraten. In einer Schüssel Gemüse und Oliven mit Schinkenwürfeln, Käse, Eiern, Crème fraîche und Milch verrühren. Mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen.

3. Pizzateige mit Backpapier jeweils auf einem Blech abrollen und Porree-Käse-Ei-Mischung großzügig darauf verteilen. Porreekuchen auf dem Boden des Ofens und in der Mitte ca. 14–16 Min. backen. Nach ca. 7 Min. die Bleche tauschen.

4. Porreekuchen aus dem Ofen nehmen, portionieren und servieren.

Guten Appetit!
Tipp: Dazu passt ein frischer Avocado-Orangen-Salat. Die übrig gebliebene Tomatensauce kannst du für deine nächste Pasta verwenden.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1078 kcal
Kohlenhydrate	115 g
Eiweiß	48 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	46 g