



Pilz-Calzone

Zeit gesamt
50min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Champignons, weiß	500 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Olivensöl	3 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Rotwein, trocken	50 ml
Basilikum, frisch	30 g
Mozzarella	2 St.
Pizzateig mit Tomatensauce	2 St.
Weizenmehl, Type 405	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

große Pfanne, Backblech mit Backpapier, Nudelholz

1. Pilze ggf. mit Küchenkrepp säubern und klein würfeln. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln.
2. In einer Pfanne Olivenöl auf hoher Stufe erhitzen und Zwiebeln und Pilze im heißen Öl ca. 4 Min. anbraten. Dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Rotwein ablöschen und weitere 4–5 Min. garen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Pfanne anschließend vom Herd nehmen und beiseitestellen.
3. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen, grob hacken und zu den Pilzen in die Pfanne geben. Nochmals mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.
4. Mozzarella abtropfen und fein hacken. Den Backofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen.
5. Pizzateige abrollen und jeweils halbieren. Die 4 Teigstücke auf etwas Mehl je zu einem Quadrat (ca. 30 x 30 cm) ausrollen.
6. Teigquadrate je zur Hälfte mit etwas Tomatensauce bestreichen und dabei ca. 2 cm des äußeren Randes freilassen. Pilze auf der Tomatensauce verteilen und mit der Hälfte vom Mozzarella bestreuen. Die freigelassenen Teighälften darüber zuklappen und den Rand mit einer Gabel rundum vorsichtig festdrücken, damit die Füllung nicht ausläuft.
7. Calzones auf Backbleche mit Backpapier setzen, mit übrigem Mozzarella bestreuen und im vorgeheizten Backofen ca. 20 Min. backen.

Guten Appetit!

Tipp: Wer einen Ofen ohne Umluftfunktion hat, backt die Bleche nacheinander bei 220 °C Ober- und Unterhitze.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	857 kcal
Kohlenhydrate	109 g
Eiweiß	37 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	29 g