



Rezepte > Mittagessen

Vollkorn-Focaccia mit Cocktailtomaten und Oliven

Zeit gesamt
🕒 1h 40min

Zubereitungszeit
👉 15min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Hefe, frisch	0.5 St.
Zucker	1 TL
Wasser	300 ml
Vollkornweizenmehl	500 g
Salz	2 TL
Olivenöl	6 EL
Cherrytomaten	250 g
Oliven, schwarz	40 g
Pfeffer, schwarz gemahlen	

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, große Auflaufform, Zahnstocher

1. In einer Schüssel Hefe und Zucker in lauwarmem Wasser auflösen und zugedeckt ca. 10 Min. gehen lassen. Anschließend Mehl, 2 TL Salz und 2 EL Olivenöl zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Teig an einem warmen Ort zugedeckt ca. 1 Std. auf doppelte Größe gehen lassen.
2. Derweil Cherrytomaten waschen und halbieren. Oliven abtropfen und in Ringe schneiden.
3. Teig nochmals durchkneten, in einer geölten Auflaufform gleichmäßig festdrücken. Mit einem Zahnstocher in gleichmäßigen Abständen Löcher in den Teig stechen. Oliven, Tomaten und 4 EL Olivenöl gleichmäßig auf dem Teig verteilen. Focaccia in den kalten Backofen geben und bei 220 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 20 Min. goldbraun backen.
4. Fertige Focaccia aus dem Ofen holen, in 8 Stücke schneiden und mit Pfeffer gewürzt servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Hervorragende Beilage zum Grillen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	538 kcal
Kohlenhydrate	95 g
Eiweiß	18 g
Ballaststoffe	14 g
Fette	14 g