

# BACKEN!

DAS GOLDENE VON GU



REZEPTE ZUM GLÄNZEN UND GENIESSEN

**G|U**

**REZEPT-QUICKFINDER**

4

Nach sieben Anlässen von »Schnell« über »Für Kinder« und »Für Gäste« bis hin zu »Gut zu transportieren« sowie nach Teigarten sortiert: So finden Sie Ihr Rezept schnell und bequem – für garantiert jede Backlust und Kuchenlaune!

**TEIG-GRUNDREZEPTE**

46

Die wichtigsten Teigarten zu Beginn und auf einen Blick: Mit ausführlichem Rezept, Varianten und vielen Gelingtipps. Damit Hefeteig beim Ruhen schön aufgeht und Mürbeteig beim Blindbacken schön flach bleibt.

**Kleine Küchenpraxis**

48

**Rezepte**

50

**SÜSSE TEILCHEN**

64

Ob Himbeer-Muffins, Nusshörnchen, Stracciatella-Windbeutel oder Mini-Cheesecakes – sie alle wollen nur eins: Ganz, ganz schnell verascht werden. Am liebsten natürlich in Begleitung von Kaffee, Tee oder heißer Schokolade.

**Kleine Küchenpraxis**

65

**Rezepte**

68

**ES WEIHNACHTET SEHR ...**

114

Mit Spitzbuben, Vanillekipferln, Pistazienschnecken, Mokka-brezeln und Kardamom-Monden wird die schönste Zeit des Jahres vielfältig wie nie! Und damit sie auch schön bunt wird: Deko-Tipps für Plätzchen gibt's auf Seite 117.

**Kleine Küchenpraxis**

115

**Rezepte**

118

**KUCHEN MIT UND OHNE OBST**

154

Von flach bis hoch, von fluffig bis saftig, von Apfelstrudel bis Zebra-Käsekuchen – das Kuchenparadies ist eröffnet! Bitte nicht vergessen: Ihre Eintrittskarte, die Kuchengabel!

**Kleine Küchenpraxis**

155

**Rezepte**

158



	<b>TORTEN VON FESTLICH BIS SCHNELL</b>	<b>220</b>
	Immer eine Sünde wert und einfach zum Dahinschmelzen: Sachertorte, Schokocremetorte, Erdbeer-Sahnetorte, Schwarzwälder Kirschtorte, Tiramisu-Kuppel-Torte ...	
	<b>Kleine Küchenpraxis</b>	<b>221</b>
	<b>Rezepte</b>	<b>224</b>
	<b>HERZHAFTE KLEINIGKEITEN</b>	<b>272</b>
	Als Aperitif-Häppchen, Party-Fingerfood, Menüauftakt oder einfach nur so zum Knuspern und Knabbern zu Wein oder Bier: Sesamgrissini, Käseplätzchen, Blätterteigpastetchen, Mini-Quiches & Co. sind klein, aber oho!	
	<b>Kleine Küchenpraxis</b>	<b>273</b>
	<b>Rezepte</b>	<b>276</b>
	<b>QUICHE, PIZZA &amp; CO.</b>	<b>318</b>
	Saftiger Belag mal auf, mal in zart-mürbem oder knusprig-krossem Teig, das eint sie alle: Pikante Kuchen wie Ratatouille-Quiche, Thunfischpastete oder Pizza Capricciosa. Mit einem knackig-frischen Salat kombiniert zum Sattessen gut.	
	<b>Kleine Küchenpraxis</b>	<b>319</b>
	<b>Rezepte</b>	<b>322</b>
	<b>BROT &amp; BRÖTCHEN</b>	<b>378</b>
	Das Sonntagsfrühstück, die Biergarten-Brotzeit, der schnelle Auf-die-Hand-Snack oder das 1001-Nacht-Menü – ohne Butterhörnchen, Laugengebäck, Weizenmischbrot und Fladenbrot einfach undenkbar!	
	<b>Kleine Küchenpraxis</b>	<b>379</b>
	<b>Rezepte</b>	<b>382</b>
	<b>ANHANG</b>	<b>428</b>
	<b>Register</b>	<b>430</b>
	<b>Bildnachweis</b>	<b>447</b>
	<b>Abkürzungs- und Umrechnungstabelle</b>	<b>447</b>
	<b>Impressum</b>	<b>448</b>



### Kleine Gebrauchsanweisung

**So kann es gehen:** Heute wünschen sich die Kinder zum Mittagessen eine Pizza, morgen kommen Freundinnen zum Kaffeeklatsch, und am Wochenende geht's raus ins Grüne, Picknick inklusive. Damit Sie für garantiert jede Backlust, Kuchenlaune und Hungersituation Ihr Rezept schnell und bequem finden, gibt es den Rezept-Quickfinder. Wie er funktioniert? Die Rezepte sind nach sieben Anlässen und Situationen gegliedert, wie sie Ihnen sicherlich immer wieder unterkommen:

**Für Anfänger** Hier finden alle, die im Teigneten, Cremehören und Sahneschlagen vielleicht (noch) nicht so versiert sind, die passenden Rezepte. Alle kommen sie mit einer überschaubaren Zutatenanzahl aus und sind ohne allzu viel Bäckerhandwerkszeug zuzubereiten. Das Beste: Bei einigen Rezepten muss nicht einmal ein Teig angerührt werden – wozu gibt's schließlich Fertigteige aus Kühltheke und Tiefkühltruhe?

**Schnell** Mal wieder keine Zeit, aber großen Kuchenhunger oder Überraschungsgäste vor der Tür? Dann werden Sie hier fündig, denn für die Rezepte – ob süß oder pikant, ob Torte oder Pizza – benötigen Sie maximal 30 Minuten Arbeitszeit. Gut, Back-, Ruhe- und Kühlzeiten kommen je nach Rezept natürlich auch noch dazu, aber: Während der Kuchen im Backofen zu Hochform aufläuft, die Sahnecreme im Kühlschrank geliert oder die Hefe im Teig ihren Job macht, müssen Sie nichts weiter tun, als die Hände in den Schoß zu legen. Oder schon einmal die Kaffeetafel zu decken!

**Für Kinder** Alles, was kleinen Essern schmeckt, ist hier versammelt! In erster Linie natürlich viele heiß geliebte Dauerbrenner wie Amerikaner, Gugelhupf, Würstchen im Hefeteig und Pizza Margherita. Aber auch Rezepte wie etwa eine Ratatouille-Quiche, in der sich gesundes Gemüse sehr raffiniert und äußerst lecker versteckt.

**Für Gäste** Sie haben zum Brunch eingeladen oder zur üppigen Tortenschlacht? Oder suchen pikante Knabberereien zum Aperitif? Dann werden Sie hier fündig!

**Gut zu transportieren** Wenn Sie zur nächsten Party bei Freunden Kulinarisches beisteuern oder zum Picknick im

Grünen einen Kuchen mitnehmen möchten: Ob Nuss-hörnchen, mürbe Käsetaler oder Zitronenkuchen – alle lassen sich gut verstauen und transportieren. Blechkuchen beispielsweise nach dem Abkühlen in Portionsstücke schneiden und in breite, flache Keksdosen schichten und Kuchen aus der Kastenform nach dem Stürzen und Abkühlen wieder in die Form verfrachten.

**Frisch und fruchtig** Fluffiger Teig und saftiges Obst – ein echtes Traumpaar und Star jeder Kuchenparade! Von A wie Aprikose bis Z wie Zwetschge finden Sie hier alles, was sich mit frechen Früchtchen backen lässt.

**Cremig und sahnig** Hier werden Sahneträume wahr: Mit Buttercremetorte & Co. auf üppig-opulente Art, mit Limetten-Frischkäse-Tarte oder Cassis-Törtchen auf erfrischende Weise – ganz wie's beliebt!

### So hilft Ihnen der Quickfinder

In der ersten Spalte lesen Sie, mit welcher Teigart das Rezept zubereitet wird (z. B. Mürbeteig), in der zweiten Spalte den Rezeptnamen. Nach einer Kurzcharakteristik zu Geschmack und Konsistenz in der dritten Spalte folgen in der vierten die weiteren benötigten und Aroma gebenden Zutaten. Die fünfte Spalte »Form & Co.« sagt Ihnen, ob das Gebäck in eine Kasten- oder Springform oder aufs Blech muss und ob Sie noch weitere Küchenhelfer brauchen wie z. B. einen Spritzbeutel. In den letzten beiden Spalten schließlich finden Sie die Arbeits-, Ruhe-, Back- und Kühlzeiten sowie natürlich die Seitenzahl, auf der das betreffende Rezept im Buch steht.

**Wichtig:** Der Quickfinder ist nicht als Einkaufsliste gedacht, sondern als eine Entscheidungshilfe im Sinne von: »Das klingt lecker, das könnte ich heute mal backen!« Zutaten wie Mehl, Zucker, Butter, Eier, Backpulver, Milch usw. werden Sie in den Zutatenlisten darum nicht finden – die sollten Sie im Vorrat haben.

**Und:** Der Quickfinder enthält bei Weitem nicht alle Rezepte des Buches, sondern eine breit gefächerte Auswahl derjenigen, die zu dem jeweiligen Anlass bzw. der jeweiligen Situation besonders gut passen. Einen Gesamtüberblick der Rezepte in diesem Buch gibt das ausführliche Register ab Seite 430.



## FÜR ANFÄNGER → SÜSSE TEILCHEN

REZEPT MIT ...	REZEPT-NAME	MINI-STECKBRIEF	TEIGZUTATEN PLUS ...	FORM & CO.	ZEITEN	SEITE
FERTIG-TEIG (BLÄTTER-TEIG)	Aprikosen-Windräder	außen knusprig, innen fruchtig	Quark, Vanillezucker, Aprikosenhälften (Dose), Aprikosenkonfitüre	Holzspießchen, Backblech	40 Min. + 20 Min. Backen	97
FERTIG-TEIG (BLÄTTER-TEIG)	Kirschtaschen	schmecken fein nach Vanille	Sauerkirschen (Glas), Vanilleschote	Backblech	1 Std. + 20 Min. Backen	96
FERTIG-TEIG (BLÄTTER-TEIG)	Nusshörnchen	mit leichter Zimtnote	Haselnüsse oder Mandeln, Sahne, Honig, Zimtpulver, Bio-Zitronenschale und -saft	Backblech	40 Min. + 20 Min. Backen	90
FERTIG-TEIG (PLUNDERTEIG)	Himbeer-Plundersaschen	marzipanaromatisch	Marzipanrohmasse, Bio-Zitronenschale, Himbeeren, Mandeln	runde Ausstechform, Backblech	40 Min. + 20 Min. Backen	93
MÜRBE-/KNETTEIG	Erdnusskekse	Erdnuss-Schoko-Kombination	Erdnussbutter, Erdnüsse, Vanillezucker, Schokoladentröpfchen (Fertigprodukt)	Backblech	25 Min. + 1 Std. Kühlen + 20 Min. Backen pro Blech	82
MÜRBE-/KNETTEIG	Mini-Quark-Taschen	super saftig gefüllt	Bio-Zitrone, Rosinen, Quark, saure Sahne, Vanillezucker, Honig	Backblech	30 Min. + 1 Std. Kühlen + 17 Min. Backen	98
MÜRBE-/KNETTEIG	Nussecken	in Zartbitterkuvertüre getaucht	Vanillezucker, Bio-Zitronenschale, Johannisbeergelee, Orangensaft, Haselnüsse, Zartbitterkuvertüre	tiefes Backblech	45 Min. + 30 Min. Kühlen + 25 Min. Backen	83
MÜRBE-/KNETTEIG	Orangen-Schoko-Cookies	fruchtig und schön saftig	Zartbitterschokolade, kandierte Orangenscheiben, Orangensaft	Backblech	25 Min. + 12 Min. Backen pro Blech	84
MÜRBE-/KNETTEIG	Rosinensnecken	mit zitroniger Puderzucker-glasur	Vanillezucker, Rosinen, Mandeln, Zimtpulver	Backblech	30 Min. + 1 Std. Ruhen + 30 Min. Backen	94



# RÜHRTEIG

einfacher Verwandlungskünstler

Für 1 Kastenform (30 cm lang)  
oder 1 Springform (26 cm Ø)  
Zubereitungszeit ca. 30 Min.  
Backzeit 1 Std.

250 g weiche Butter  
250 g Zucker  
1 Pck. Vanillezucker  
Salz · 4 Eier (Größe M)  
300 g Mehl  
1 TL Backpulver  
evtl. 2–3 EL Milch

## Außerdem:

Butter und Mehl für die Form

- 1 Den Backofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen. Die Kasten- oder Springform fetten und dünn mit Mehl bestäuben. Die weiche Butter mit den Quirlen des Handrührgeräts hellcremig schlagen. Zucker, Vanillezucker und 1 Prise Salz dazugeben und so lange weiterschlagen, bis der Zucker nicht mehr knirscht.
- 2 Die Eier einzeln aufschlagen und unter die Butter-Zucker-Mischung rühren, bis eine glatte Masse ohne Eispartikel entstanden ist. Mehl und Backpulver mischen und ebenfalls unterrühren. Der Teig hat die richtige Konsistenz, wenn er schwer reißend von den Quirlen fällt (s. Foto). Bleibt er fest daranhängen, noch löffelweise Milch unterrühren.
- 3 Den Rührteig in die Form füllen und glatt streichen. Im heißen Backofen (Mitte) 50–60 Min. backen. Nach 50 Min. die Stäbchenprobe machen: Mit einem Holzstäbchen in den Kuchen stechen. Er ist gar, wenn kein Teig an dem Stäbchen hängen bleibt.
- 4 Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und in der Form 10 Min. stehen lassen. Dann aus der Form stürzen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

## PROFI-TIPPS

Rührteig ist genau richtig für alle, die noch nicht so viel Backerfahrung haben, denn im Grunde kann man fast nichts falsch machen. Was Sie beachten sollten: Damit sich die Zutaten optimal verbinden, müssen sie Zimmertemperatur haben. Butter, Eier und Milch also rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen. Und dann heißt es: Rühren, rühren, rühren – das braucht der Teig, das macht den Kuchen saftig und zart. Allerdings: Das Mehl nur kurz unter die schwere, feuchte Butter-Zucker-Eier-Masse rühren, sonst wird der Teig klebrig. Für einen superluftigen Rührkuchen: Die Eier trennen und die Eiweiße zu steifem Schnee schlagen. Die Eigelbe wie im Grundrezept beschrieben unter die Butter-Zucker-Mischung rühren. Ein Drittel Eischnee mit der Mehl-Backpulver-Mischung unterrühren, dann den restlichen Eischnee mit einem Holzkochlöffel vorsichtig unterheben. Übrigens: Rührteig nennt man auch Eischwerteig, weil sich die Menge der Zutaten nach dem Gewicht der Eier berechnet: Auf 250 g Eier (ca. 4 Stück) kommen jeweils 250 g Butter, Zucker und Mehl.

## TUNING-TIPPS

Für ein feines Zitronenaroma: 1 Bio-Zitrone heiß waschen, trocknen und die Schale fein abreiben. Mit Zucker, Vanillezucker und Salz unter die Butter rühren. Den fertigen Kuchen dann zusätzlich mit einer Glasur aus 200 g Puderzucker und 3 EL Zitronensaft überziehen.  
Für Rosinenfreunde: 100 g Rosinen in 2 EL Rum 30 Min. einweichen, dann kurz abtropfen lassen und unter den Teig mischen. Den fertigen Kuchen mit Puderzucker bestäuben.





## DER LIEBLINGSKLASSIKER

# BIENENSTICH

sahnig gefüllt

Für 1 Backblech

Zubereitungszeit ca. 1 Std.

Ruhezeit 55 Min.

Backzeit 30 Min.

bei 16 Stücken pro Stück 500 kcal

**Für den Hefeteig:**

500 g Mehl

1 Würfel Hefe (42 g)

250 ml lauwarme Milch

80 g Zucker

150 g Butter

Salz · 1 Ei (Größe M)

**Für den Belag:**

100 g Butter

100 g Zucker

1 Pck. Vanillezucker

2 EL flüssiger Honig

100 g Sahne

200 g Mandelblättchen

**Für die Füllung:**

2 Pck. Vanillepuddingpulver

3/4 l Milch

80 g Zucker

100 g weiche Butter

2 EL Puderzucker

**Außerdem:**

Backpapier für das Blech

Mehl zum Arbeiten

- 1 Das Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe zerbröckeln und in 125 ml lauwarmen Milch glatt rühren. Die Hefemilch in die Mulde gießen, mit 1 Prise Zucker bestreuen und zugedeckt an einem warmen Ort 15 Min. gehen lassen.
- 2 Die Butter zerlassen und mit der restlichen Milch, dem restlichen Zucker, 1 Prise Salz und dem Ei zum Vorteig geben. Den Teig mit den Knethaken des Handrührgeräts kneten, bis er sich vom Schüsselrand löst. Zugedeckt an einem warmen Ort 30 Min. gehen lassen.
- 3 Inzwischen für den Belag die Butter, den Zucker, den Vanillezucker, den Honig und die Sahne unter Rühren erhitzen. Die Mandeln hinzufügen, kurz aufkochen und leicht abkühlen lassen, dabei ab und zu umrühren.
- 4 Blech mit Backpapier auslegen. Ofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Den Teig auf wenig Mehl auf Blechgröße ausrollen, aufs Blech legen und 10 Min. ruhen lassen. Dann die Mandelmasse auf den Teig streichen. Den Kuchen im heißen Ofen (Mitte) 30 Min. backen.
- 5 Für die Füllung das Puddingpulver mit 125 ml Milch anrühren. Die restliche Milch mit dem Zucker aufkochen lassen, die Puddingmilch hineinrühren und aufkochen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen, dabei ab und zu durchrühren. Die Butter mit dem Puderzucker cremig rühren und den Pudding unterrühren. Die Masse kühl stellen.
- 6 Den Kuchen in vier Stücke schneiden, diese waagrecht durchschneiden. Die Böden mit der Puddingcreme bestreichen. Die Teigdeckel in je vier Stücke schneiden, nebeneinander auf den Pudding legen. Die Bienenstich-Stücke ganz durchschneiden.





## HEIDELBEER-SAHNETORTE

gelingt auch Anfängern

Für 1 Springform (26 cm Ø)  
Zubereitungszeit ca. 45 Min. · Backzeit 25 Min.  
Kühlzeit 12 Std. · bei 16 Stücken pro Stück 400 kcal

### Für den Teig:

2 Eier (Größe M) · 120 g Zucker  
100 ml Öl · 100 ml Orangensaft  
150 g Mehl · 1/2 Pck. Backpulver

### Für den Belag:

3 Gläser Heidelbeeren (à 205 g Abtropfgewicht)  
Saft von 1/2 Zitrone · 80 g Zucker · 2 Pck. roter  
Tortenguss · 12 Blatt Gelatine · 1 kg Sahne · 2 Pck.  
Vanillezucker · 2 Stückchen Schale von 1 Bio-Zitrone

### Außerdem:

Fett und Semmelbrösel für die Form · Tortenring  
100 g frische Heidelbeeren zum Verzieren

- 1 Den Ofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Die Form fetten und mit Bröseln austreuen. Für den Teig die Eier mit dem Zucker dick-cremig schlagen.
- 2 Öl und Saft zugeben. Das Mehl und das Backpulver mischen und rasch unterrühren. Den Teig in die Form füllen und im heißen Backofen (unten) 20–25 Min. backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.
- 3 Den Tortenring um den Boden stellen. Heidelbeeren abgießen, dabei 500 ml Saft auffangen. Beeren und Zitronensaft mischen. Aus dem Saft, 4 EL Zucker und dem Tortenguss nach Packungsanweisung einen Guss herstellen. Beeren unterheben, auf dem Boden verteilen, fest werden lassen.
- 4 Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Sahne mit dem restlichen Zucker, Vanillezucker und Zitronenschale aufkochen und 5 Min. sanft kochen lassen. Vom Herd nehmen, die Zitronenschale entfernen. Die Gelatine ausdrücken und darin auflösen. Abkühlen lassen und über die Heidelbeeren gießen. Die Torte 12 Std. kalt stellen. Vor dem Servieren mit den frischen Heidelbeeren verzieren.



## ORANGENTORTE

wunderbar saftig

**Für 1 Springform (26 cm Ø)**  
Zubereitungszeit ca. 35 Min. · Backzeit 25 Min.  
Kühlzeit 3 Std. · bei 16 Stücken pro Stück 280 kcal

### Für den Teig:

2 Eier (Größe M) · 125 g Zucker · 100 ml Öl  
100 ml Orangensaft · 150 g Mehl · abgeriebene  
Schale von 1 Bio-Orange · 1/2 Pck. Backpulver

### Für die Füllung:

2 Bio-Orangen · 700 ml Orangensaft · 6 EL Zucker  
2 Pck. klarer Tortenguss · 200 ml Milch  
1 Pck. Sahnepuddingpulver · 400 g Sahne  
1 Pck. Vanillezucker · 2 Pck. Sahnesteif

### Außerdem:

Tortenring · Fett und Semmelbrösel für die Form

- 1 Ofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Form fetten und mit Bröseln ausstreuen. Für den Teig die Eier mit dem Zucker dick-cremig schlagen. Öl und Saft zugeben. Mehl, Orangenschale und Backpulver mischen und

rasch unterrühren. Den Teig in die Form füllen und im heißen Ofen (unten) 20–25 Min. backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

- 2 Tortenring um den Boden stellen. 1 Orange heiß waschen, quer in ca. 5 mm dünne Scheiben schneiden. Diese halbieren und am Tortenring entlang auf den Boden stellen. Aus 500 ml Orangensaft, 4 EL Zucker und Tortenguss nach Packungsanweisung einen Guss herstellen, auf den Boden geben, fest werden lassen. Aus 200 ml Orangensaft, Milch, Zucker und Puddingpulver nach Packungsangabe einen Pudding kochen. Auf dem Tortenguss verteilen und im Kühlschrank in ca. 3 Std. fest werden lassen.
- 3 Die Sahne mit Vanillezucker und Sahnesteif schlagen und auf die Torte streichen. Kalt stellen. Die übrige Orange so schälen, dass die weiße Innenhaut mit entfernt wird. Orange quer in dünne Scheiben schneiden, diese halbieren und auf die Torte legen.



## PIZZA HAWAII

fruchtig und preiswert

Für 2 Personen · Zubereitungszeit ca. 35 Min.  
Ruhezeit 1 Std. · Backzeit 10 Min.  
pro Portion 970 kcal

1/2 Würfel Hefe (21 g) · 1 TL Zucker  
250 g Mehl · Salz · 6 EL Olivenöl  
1 Dose stückige Tomaten (400 g)  
2 Knoblauchzehen · Pfeffer · Zucker  
1 TL getrockneter Thymian  
150 g stückige Ananas (aus der Dose)  
4 Scheiben gekochter Schinken (ca. 100 g)  
1 Kugel Mozzarella (125 g)

### Außerdem:

Olivenöl für das Backblech  
Mehl zum Arbeiten

- 1 Die Hefe mit dem Zucker und 75 ml lauwarmem Wasser verrühren. Das Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken und die Hefe hineingießen. Abgedeckt 15 Min. gehen lassen. Dann mit 1/2 TL Salz, 2 EL Öl und ca. 75 ml lauwarmem Wasser zu einem elastischen Teig verkneten. Abgedeckt weitere 45 Min. gehen lassen.
- 2 Inzwischen die Tomaten in einem Sieb sehr gut abtropfen lassen, dabei immer wieder durchrühren. Die Tomaten in eine Schüssel geben. Den Knoblauch schälen und dazupressen. 3 EL Olivenöl unterrühren. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und dem Thymian würzen.
- 3 Den Ofen auf 250° (Umluft 220°) vorheizen. Das Backblech einölen. Die Ananas in einem Sieb abtropfen lassen. Den Schinken in ca. 1 cm breite Streifen, den Mozzarella in dünne Scheiben schneiden.
- 4 Den Teig auf wenig Mehl dünn ausrollen und auf das Blech legen, dabei die Ränder etwas dicker formen. Den Teig mit der Tomatensalsa bestreichen und mit Schinken, Ananas und Mozzarella belegen. Mit übrigem Öl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Im heißen Backofen (unten) ca. 10 Min. backen.

# PIZZA CALABRESE

würziger Evergreen

Für 2 Personen · Zubereitungszeit ca. 30 Min.  
 Ruhezeit 1 Std. · Backzeit 10 Min.  
 pro Portion 870 kcal

1/2 Würfel Hefe (21 g) · 1 TL Zucker  
 250 g Mehl · Salz · 5 EL Olivenöl  
 1 Dose stückige Tomaten (400 g)  
 2 Knoblauchzehen · Pfeffer · Zucker  
 1 TL getrockneter Thymian  
 1 Dose Thunfisch im eigenen Saft (200 g)  
 4 Sardellenfilets in Salz · 1 Zwiebel  
 1 Kugel Mozzarella (125 g) · 40 g schwarze Oliven  
 ohne Stein · 2 EL Kapern (aus dem Glas)

## Außerdem:

Olivenöl für das Backblech  
 Mehl zum Arbeiten

- 1 Für den Teig die Hefe mit Zucker und 75 ml lauwarmem Wasser verrühren. Das Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken und die Hefe hineingießen. Abgedeckt 15 Min. gehen lassen. Dann mit 1/2 TL Salz, 2 EL Öl und ca. 75 ml lauwarmem Wasser zu einem elastischen Teig verkneten. Abgedeckt weitere 45 Min. gehen lassen.
- 2 Die Tomaten in einem Sieb gut abtropfen lassen, dabei immer wieder durchrühren. Die Tomaten in eine Schüssel geben, Knoblauch schälen und dazupressen. Restliches Öl unterrühren. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Thymian würzen. Backofen auf 250° (Umluft 220°) vorheizen. Das Blech ölen. Den Thunfisch abtropfen lassen und grob zerpflücken. Sardellen kalt abspülen und dritteln. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe, Mozzarella in dünne Scheiben schneiden.
- 3 Den Teig auf wenig Mehl dünn ausrollen und auf das Blech legen, dabei die Ränder etwas dicker formen. Den Teig mit der Tomatensalsa bestreichen und mit Thunfisch, Sardellen, Zwiebeln, Oliven, Kapern und Mozzarella belegen. Salzen und pfeffern. Im Backofen (unten) ca. 10 Min. backen.



# Das Goldene – mehr Backbuch braucht es nicht:

Über **330 REZEPTHIGHLIGHTS** von klassisch bis modern –  
alle mit Bild, gelingsicher und mehrfach getestet!

Mit dem **REZEPT-QUICKFINDER** zu Beginn ganz  
bequem und super schnell zum gewünschten Rezept!

Zu jedem Rezeptkapitel das wichtigste **BACK-KNOW-HOW!**

**BESONDERS HERVORGEHOBEN:**  
alle Lieblingsklassiker von Blueberry-Muffins über  
Sachertorte bis hin zu Quiche Lorraine



WG 457 Backen  
ISBN 978-3-8338-2009-0



€ 20,00 [D]  
€ 20,60 [A]

[www.gu.de](http://www.gu.de)