

DENNER

und Rucola für CHF 12.-



Lust, etwas Neues auszuprobieren? Wie wärs mit einer orientalischen Couscous-Pizza mit Aivar, Auberginen und Rucola?

Dank kreativer Rezeptentwickler gibt es heutzutage zig Alternativen zum klassischen Pizzateig. Denn auch auf Basis von Zucchini, Blumenkohl oder eben Couscous schmeckt der belegte Fladen echt gut und ist so zudem leichter als die herkömmliche Variante. Natürlich kann man das Ergebnis nicht mit einer herkömmlichen Pizza vergleichen, der Rand wird aber ebenfalls herrlich knusprig und der Boden in diesem Fall so stabil, dass man den Fladen sogar mit den Händen essen kann.

Bestrichen wird die Couscous-Pizza für einmal nicht mit Tomatensauce, sondern mit Aivar. Das Gemüsemus aus der südosteuropäischen Küche besteht aus Peperoni und manchmal zusätzlich Auberginen. Wir empfehlen die milde Variante – ausser natürlich, man mag seine Pizza schön feurig.

Zutaten für 1 Backblech (4 Personen)

- 4½ dl Wasser
- 1 gehäufter TL Salz
- 450 g Couscous
- 1 mittelgrosse Aubergine, in dünne Scheiben geschnitten
- 70 g rezenten Käse, fein gerieben; plus etwas mehr Käse für etwaige Hobel
- 2 grosse Eier
- 2 EL Olivenöl
- 60 g Mehl
- Circa 350 g Aivar
- Etwas Rucola
- Etwas Olivenöl zum Anbraten

Zubereitung

1. Salzwasser in einem Topf aufkochen. Von der Herdplatte nehmen, Couscous begeben und bei geschlossenem Deckel circa 5 bis 10 Minuten quellen lassen, bis das Wasser komplett vom Couscous aufgesogen wurde.
2. Den Couscous in eine grosse Schüssel umfüllen und vollständig auskühlen lassen.
3. In der Zwischenzeit etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginenscheiben beidseitig anbraten, bis sie weich sind; dabei eine Seite salzen.
4. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier belegen.
5. Den ausgekühlten Couscous mit Eiern, Olivenöl und Mehl vermischen. Die Mischung auf dem Backpapier verteilen und mit den Händen flach drücken.
6. Den Fladen während 10 Minuten backen. Herausnehmen und mit Aivar bestreichen, mit dem geriebenen Käse bestreuen und mit den Auberginenscheiben belegen.

Aktionen passend zum Rezept

Neuste Beiträge

- Die belegte Pizza weitere 10 Minuten backen, bis der Rand knusprig ist. Vor dem Servieren mit Rucola belegen und nach Wunsch mit Käsehobeln garnieren.

Zubereitungsdauer: circa 40 Minuten

Wein-Tipp



Gérard Bertrand Cap Insula Languedoc AOP

Dichtes, dunkles Purpur. In der Nase faszinierende Noten von sonnengereiften

Früchten und Beeren, dazu seidige Tannine. Ein herrliches Wein zum Essen. [Mehr erfahren.](#)

Wir verwenden Cookies und ähnliche Technologien, um das Nutzererlebnis auf unseren Webseiten zu verbessern. Durch die weitere Nutzung dieser Webseite stimmen Sie unserer Verwendung von Cookies und ähnlichen Technologien zu. [Mehr erfahren.](#)

[Jetzt im Weinshop ansehen](#)

[Hinweis schliessen](#)