

Fashion Camp & meine Karfiolpizza

28.06.2015 13:20

Zutaten 1 Blech

1/2 Kopf Karfiol
150 g milder Vorarlberger-Bergkäse
2 Eier
evtl. 2-3 EL Mehl
1-2 EL Kräuter-Pesto (Pesto Genovese)
1 Stk. Zucchini
½ Becher Cottage Cheese oder Feta in Würfel
4 EL blanchierte Mandel
1-2 EL Currypulver
1/2 Bund Petersilie oder Koriander
Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Backrohr auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Karfiol in Röschen teilen und waschen. Karfiol mit einem Messer ganz fein hacken und in eine Schüssel geben. Käse reiben. Entstandene Karfiolbrösel mit Käse, Ei, Salz und Pfeffer vermengen bis eine homogene Masse entsteht. Falls der Teig zu flüssig ist, etwas Mehl unterrühren.
2. Teig auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen und im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene etwa 20-30 Minuten (bzw. bis der Teig fest ist) backen.
3. In der Zwischenzeit Zucchini waschen und mit einem Sparschäler feine Streifen schälen. Etwa 10 Minuten vor Backende der Karfiolpizza Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zucchiniraspel darin rundum anbraten. Mit Salz, der Hälfte des Currypulvers und Pfeffer würzen. Mandeln in einer weiteren Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Petersilie bzw. Koriander waschen, trockenschütteln, Blätter abzupfen und fein hacken.
4. Pizza aus dem Ofen nehmen und Zucchinischeiben gleichmäßig darauf verteilen. Cottage Cheese oder Feta und Pesto mit einem Teelöffel darauf verteilen. Mit Mandeln und Petersilie dekorieren, nach Belieben mit dem restlichen Currypulver bestreuen und servieren.

Tipp: Dazu passt ein klassischer grüner Salat sehr gut.

[Mehr Informationen zu den Allergenen findest du auf foodnotify.com](#)



Scan me!