

Mediterrane Pita-Pizzen

mit Feta, Rucola, Tomaten und Tsatsiki

Pitas sind so praktisch, die sollte man immer im Haus haben: Sie lassen sich mit gebratenem Gemüse, Fleisch, Bohnen oder sogar süß füllen - oder auch als griechische Pizza verwenden, indem sie mal nicht gefüllt, sondern überbacken werden. Wovon Du Dich gleich selbst überzeugen kannst! Guten Appetit!



25 min.













Champignons











Pita-Brote



Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
Knoblauch 🕀	1/8	1/4
Gurke, klein	1	2
Joghurt 7)	100 g	200 g
Champignons	150 g	300 g
Tomate	1	2
Zwiebel, rot 🕀	1/2	1
Feta 7)	200 g	400 g
Pita-Brote 1) 15)	4	8
Rucola	50 g	100 g

Gut im Haus zu haben (bei 4 Personen Mengen verdoppeln) .

Salz, Pfeffer, Zucker, Olivenöl
Was zum Kochen gebraucht wird

Knoblauchpresse, Gemüsereibe, Backofen, Backpinsel, Backpapier, Backblech, Sieb

Ggf. auch für andere Rezepte verwenden

Allergene

1) Gluten 7) Lactose 15) Kann Spuren von Allergenen enthalten

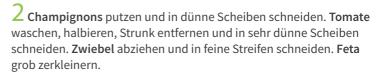
Nährwerte pro Person

Kalorien: 800 kcal Kohlenhydrate: 84 g Fett: 33 g, Eiweiß: 15 g Ballaststoffe: 9 g



Für das Tsatsiki: Knoblauch

abziehen und in eine kleine Schüssel pressen. Gurke waschen, schälen und halbieren. Dann mit einem Löffel Kerne entfernen und grob reiben. Anschließend mit Joghurt und Knoblauch gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und bis kurz vor dem Anrichten im Kühlschrank ziehen lassen.





3 Backofen auf 200 °C Grillfunktion vorheizen.

4 Pita-Brote mit ein wenig Olivenöl bepinseln und mit der Hälfte des Feta bestreuen. Dann mit Zwiebelstreifen, Champignons und Tomatenscheiben belegen und mit restlichem Feta bestreuen. Mit ein wenig Salz und Pfeffer würzen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Ca. 4 Min. auf dem höchsten Einschub im Ofen garen, bis der Feta bräunlich und zerlaufen ist.



Second State 1 Second State 1 Second State 2 Second Seco

6 Pita-Pizzen aus dem Ofen nehmen, auf den Tellern verteilen und mit Rucola bestreuen. Tsatsiki dazu anrichten, mit etwas Olivenöl beträufeln, alles zusammen genießen!

