

Sauerteig-Pinsa Bianca! mit Hirtenkäse, Birne und karamellisierten Zwiebeln, dazu Karotten-Salat

Vegetarisch Thermomix hilft • 869 kcal • Tag 5 kochen



frischer Sauerteig



Hirtenkäse



rote Zwiebel



Schmand



Petersilie glatt



Thymian



Karotte



Birne



Buttermilch-Zitronen-Dressing



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche Obst, Gemüse und Kräuter ab.

*Basiszutaten aus deiner Küche

Honig*, Salz*, Mehl*, Weißweinessig*, Zucker*, Öl*, Pfeffer*, Butter*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier, 1 große Schüssel und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
frischer Sauerteig 15) 16) 19)	300 g	450 g	600 g
Hirtenkäse 7)	100 g	150 g	200 g
rote Zwiebel DE NL EG	2	3	4
Schmand 7)	100 g	150 g**	200 g
Petersilie glatt/Thymian	10 g	10 g	10 g
Karotte DE IL NL FR IT ES	2	3	4
Birne BE	1	1	2
Buttermilch-Zitronen-Dressing 7) 8) 9)	50 ml	100 ml	100 ml

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 580 g)
Brennwert	630 kJ/151 kcal	3637 kJ/869 kcal
Fett	6,6 g	38,4 g
– davon ges. Fettsäuren	2,7 g	15,7 g
Kohlenhydrate	18,2 g	105 g
– davon Zucker	8,3 g	48,2 g
Eiweiß	4,5 g	25,8 g
Salz	0,59 g	3,42 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: **7)** Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier **9)** Senf **15)** Weizen **16)** Gerste **19)** Dinkel

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **IL:** Israel **NL:** Niederlande **FR:** Frankreich **IT:** Italien **ES:** Spanien **EG:** Ägypten **BE:** Belgien



Zwiebeln karamellisieren

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Petersilie in grobe Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen.

Zwiebeln halbieren und in feine Streifen schneiden. 10 g [15 g | 20 g] **Butter*** und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zucker*** in den Mixtopf geben und **8 Min./100 °C/Reverse/Stufe 1** dünsten.

Währenddessen fortfahren.



Kleinigkeiten

Thymianblätter abzupfen.

Birne vierteln, entkernen und die Hälfte der **Birne** in 0,5 cm Scheiben schneiden.

Schmand und **Buttermilch-Dressing** in einer großen Schüssel verrühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Pinsa formen

Sauerteig vorsichtig aus der Verpackung lösen und auf eine mit **Mehl*** bestäubte Oberfläche geben.

Sauerteig in 2 [3 | 4] Stücke zerteilen und jedes Stück mit **Mehl*** bestäuben.

Stücke auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und vorsichtig mit den Fingerspitzen zu einem Rechteck formen.

Tip: *Achte darauf, den Teig nicht zu sehr zu kneten, da er sonst Luft verliert und fest wird. Benutze für 3 und 4 Personen 2 Backbleche.*



Pinsa belegen

Jeweils 2 EL [3 EL | 4 EL] **Schmand-Dressing** dünn auf der **Pinsa** verteilen. **Thymian**, die Hälfte der **Petersilie**, **Salz*** und **Pfeffer*** darüber verteilen.

Karamellierte **Zwiebeln** und die Hälfte der **Birne** darüber verteilen, **Hirtenkäse** mit den Händen darüber grob zerbröseln und alles im Ofen 15 – 18 Min. goldbraun backen.

Währenddessen fortfahren.



Für den Salat

Karotten schälen und in grobe Stücke schneiden.

Karotten- und restliche **Birnenviertel**, restliches **Schmand-Dressing**, restliche **Petersilie**, 10 g [15 g | 20 g] **Öl***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Weißweinessig***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Honig***, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern.



Anrichten

Pinsa nach Belieben in Stücke schneiden und auf Teller verteilen. Mit **Karotten-Salat** servieren.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!

<http://www.hellofresh.de/freunde>

