



Herzhafte Garnelen-Chorizo-Pizza

mit Crème fraîche, Rucola und Haselnusskernen



ca. 35min



2 Personen

Selbst gemachte Pizza schmeckt am Ende doch immer besser, oder? Das sehen wir genauso! Und heute gibt es die Deluxe-Version unter den Pizzen: Der Teig wird mit feiner Crème fraîche bestrichen, dann belegst du ihn mit Brokkoli aus dem Ofen, saftigen Garnelen und deftiger Chorizo. Und wenn das noch nicht genug ist, garnierst du diesen Festschmaus noch mit einem fruchtigen Rucola-Tomaten-Salat und knackigen Haselnusskernen. Mmmh!

Was du von uns bekommst

- 1 Brokkoli
- 25g blanchierte Haselnusskerne⁵
- 1 Pck. Pizzateig²
- 1 Becher Crème fraîche³
- 100g Chorizo, gewürfelt³
- 1 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut¹
- 1 Tomate
- 50g Rucola
- 1 Knoblauchzehe

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Balsamicoessig⁴

Küchenutensilien

- Backofen mit Grillfunktion
- Backblech und Backpapier
- kleine Pfanne
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Krebstiere (1), Gluten (2), Milch (3), Schwefeldioxid und Sulphite (4), Schalenfrüchte (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1384kcal, Fett 81.5g, Kohlenhydrate 104.8g, Eiweiß 50.0g



1. Brokkoli grillen

Den Backofen mit Grillfunktion auf 250°C vorheizen. Den **Brokkoli** in mundgerechte Röschen zerteilen, den **Strunk** in kleine Würfel schneiden. Beides auf einem Backblech ohne Backpapier mit 1EL Olivenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen und 6-8Min. im Ofen grillen, bis der **Brokkoli** leichte Röstmarken bekommt.



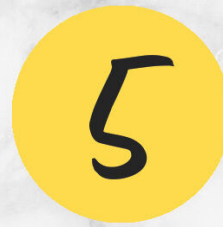
4. Garnelen vorbereiten

Die **Garnelen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, dann mit dem Knoblauch, 1EL Olivenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen. Die **Tomate** grob würfeln, mit dem **Rucola** vermengen und mit 1EL Olivenöl, ½EL Balsamicoessig und je 1 Prise Salz, Pfeffer und Zucker würzen.



2. Zutaten vorbereiten

1 Knoblauchzehe schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Die **Nüsse** in einer kleinen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze in 2-3Min. goldbraun anrösten, dann aus der Pfanne nehmen. Den **gegrillten Brokkoli** vom Blech nehmen und den Ofen auf 220°C (200°C Umluft) einstellen. Das Backblech abkühlen lassen und dann abwischen.



5. Pizza verfeinern

Die **Garnelen** auf der **Pizza** verteilen und 6-7Min. weiterbacken, bis die **Garnelen** rosa und gar sind. Die **Nüsse** grob hacken. Die fertige **Pizza** in Stücke schneiden und mit den **Nüssen** und dem **Rucola-Tomaten-Salat** garniert servieren.



3. Pizza backen

Den **Teig** mit dem Papier nach unten auf dem Backblech ausrollen. Die **Crème fraîche** gleichmäßig auf dem **Teig** verstreichen und mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer und 1EL Olivenöl würzen. Den **Brokkoli** und die **Chorizo** auf der **Pizza** verteilen und ca. 10Min. im Ofen backen, bis der **Teig** leicht goldbraun wird.



6. Zwiebelig gut

Wenn du möchtest, kannst du der herzhaften Chorizo noch einen frischen Zwiebelkick zur Seite stellen: Dafür einfach eine halbe Zwiebel in dünne Streifen schneiden und diese zusammen mit den Garnelen auf die Pizza geben, bevor sie wieder in den Ofen wandert.