

Mediterrane Gemüse-Pide mit Hirtenkäse und Hummus (für 4 Personen)

Zutaten:

Für den Pide-Teig:

400 g Mehl (Typ 550 oder 405)
1 Päckchen Trockenhefe (ca. 7 g)
1 TL Zucker
1 TL Salz
250 ml lauwarmes Wasser
2 EL Olivenöl

Für das mediterrane Gemüse:

1 rote Paprika, in Würfel geschnitten
1 gelbe Paprika, in Würfel geschnitten
1 Zucchini, in Würfel geschnitten
1 Aubergine, in Würfel geschnitten
1 rote Zwiebel, in Ringe geschnitten
3-4 Knoblauchzehen, fein gehackt
2 EL Olivenöl
1 TL getrockneter Oregano
Salz und Pfeffer nach Geschmack

Für den Belag:

200 g Hirtenkäse, zerbröseln

Zubereitung:

Teig vorbereiten:

In einer Schüssel das Mehl mit Zucker und Salz vermischen. In der Mitte eine Mulde formen und die Trockenhefe hineingeben. Das lauwarme Wasser und das Olivenöl in die Mulde gießen. Mit einer Gabel oder den Händen langsam das Mehl mit der Flüssigkeit vermischen, bis ein Teig entsteht. Den Teig auf einer leicht bemehlten Oberfläche kneten, bis er glatt und elastisch ist. Die Schüssel mit einem sauberen Tuch abdecken und den Teig an einem warmen Ort für etwa 1 Stunde aufgehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

Mediterranes Gemüse zubereiten:

In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen und die rote Zwiebel sowie den Knoblauch darin anschwitzen, bis sie duften. Die geschnittene Paprika, Zucchini und Aubergine hinzufügen und bei mittlerer Hitze braten, bis das Gemüse weich ist. Mit Oregano, Salz und Pfeffer würzen. Vom Herd nehmen und beiseitestellen.

Hummus zubereiten:

Die gekochten Kichererbsen, Knoblauch, Tahina, Zitronensaft, Olivenöl und Kreuzkümmel in einem Mixer oder einer Küchenmaschine pürieren, bis eine glatte Paste entsteht. Falls der Hummus zu dick ist, kann etwas Wasser hinzugefügt werden, um die gewünschte Konsistenz zu erreichen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pide backen:

Den aufgegangenen Teig in 4 gleich große Stücke teilen. Jedes Stück auf einer bemehlten Oberfläche zu einem ovalen Fladen ausrollen. Den Backofen auf 220 °C Ober-Unter Hitze (200 °C Umluft) vorheizen. Die Teigfladen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Auf jedes Teigfladen etwas von dem mediterranen Gemüse verteilen und mit Hirtenkäse bestreuen. Die Pide für etwa 12-15 Minuten backen, bis der Teig goldbraun und knusprig ist.

Servieren:

Die frisch gebackenen Pide aus dem Ofen nehmen und auf einem Servierteller anrichten.

Mit dem selbstgemachten Hummus servieren und nach Belieben mit frischen Kräutern garnieren.



apetito
catering

Für den Hummus:

400 g gekochte Kichererbsen
(aus der Dose oder selbst gekocht)
2 Knoblauchzehen
3 EL Tahina (Sesampaste)
3-4 EL Zitronensaft
3-4 EL Olivenöl
1/2 TL Kreuzkümmel
Salz und Pfeffer nach Geschmack
Wasser (falls nötig, um die gewünschte Konsistenz zu erreichen)