

Hier und heute



Pinsa mit Tomatensugo und gegrilltem Flanksteak

Pinsa ist eine Mischung aus Pizza und Focaccia und in Italien sehr bekannt und beliebt. Koch Olaf Baumeister belegt sie mit Tomatensauce, Rucola, Büffelmozzarella und gegrilltem Flanksteak.

Rezept

Pinsa mit Tomatensugo, Rucola, Büffelmozzarella und gegrilltem Flanksteak

von Olaf Baumeister, für 4 Pinsas

Zutaten für den Pinsateig

- 400 g Pizza-Mehl Type 00, alternativ Weizenmehl Type 550
- 100 g Reismehl
- 30 g Sojamehl (alternativ Kichererbsenmehl)
- 4 g frische Hefe (alternativ 25 g Sauerteig)
- 300 ml kaltes Wasser
- 50 ml Olivenöl
- 7 g Salz
- etwas Mehl zum Arbeiten

Zubereitung

Die Mehlsorten in eine Schüssel geben und vermischen, die Hefe zerbröseln, zusammen mit Salz und Wasser dazugeben und alles 5 Minuten mit dem Handrührgerät verkneten. Den fertigen Teig abgedeckt eine Stunde bei Raumtemperatur ruhen lassen und dann 24 bis 72 Stunden abgedeckt im Kühlschrank ruhen lassen. Je länger die Ruhezeit, desto offenerporiger und aromatischer wird der Teig.

Den fertigen Teig in faustgroße Kugeln teilen und bei Raumtemperatur mindestens eine, am besten 4 Stunden ruhen lassen, mit den Fingern zu einem länglichen Fladen formen und auf eine mit Mehl bestäubte Pizzaschaufel oder Unterlage des Pizzasteins legen. Das Tomatensugo darauf verteilen und bei möglichst hoher Temperatur mit Unterhitze 5-6 Minuten goldbraun und knusprig backen. Im Idealfall einen Pizzastein 30 Minuten vorher bei Unterhitze stark erhitzen.

Zutaten für das Tomatensugo

- 300 g Eiertomaten aus der Dose oder vollreife, frische Tomaten
- 2 EL Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- ½ TL Zucker
- 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
- 2 Schalotten, in feine Würfel geschnitten
- 1 Msp. Thymian, fein gehackt
- 1 Msp. Rosmarin, fein gehackt
- 10 Kirschtomaten, geviertelt

Zubereitung

Die Schalottenwürfel zusammen mit dem Olivenöl und dem Knoblauch in einem Topf glasig anschwitzen, die Eiertomaten, Thymian, Rosmarin und Zucker dazugeben und alles einmal aufkochen lassen. Alles mit dem Zauberstab fein mixen, die Kirschtomaten dazugeben und alles mit Salz und schwarzem Pfeffer kräftig abschmecken.

Zutaten für das Flanksteak

- 1 kleines Flanksteak à 200 g

Hier und heute



- 1 Knoblauchzehe, angedrückt
- 1 EL Öl zum Braten
- 1 TL Butter
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zutaten für den Belag

- 1 Stück Büffelmozzarella
- 50 g Rucola
- 10 Blatt Basilikum
- 1 EL kaltgepresstes Olivenöl

Zubereitung

Eine schwere Pfanne kräftig erhitzen und das Steak mit wenig Öl von beiden Seiten kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Butter und die angedrückte Knoblauchzehe dazugeben und zusammen mit dem Flanksteak in eine Backfolie geben und verschließen. Alles zwei Minuten ruhen lassen und dann hauchdünn aufschneiden. Auf der Pinsa zusammen mit dem Mozzarella, Basilikum und dem Rucola verteilen. Mit dem Olivenöl beträufeln und sofort servieren.