

HelloFresh

Leichter kochen,
besser essen!



KW 50 Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #hellofreshgewinnspiel bei uns auf [f](#) [t](#) [u](#) [p](#)
2015

HelloFresh.de kundenservice@hellofresh.de

Türkische „Pide“-Pizzen mit Spinat,

Paprika und Feta

Heute gibt es leckeres Fingerfood, das auch immer dann zum Einsatz kommen kann, wenn Du nicht am Tisch, sondern zum Beispiel vor dem Fernseher essen möchtest, oder auf dem Balkon (im Winter mehr was für Hartgesottene), bei einer Party ... Lass dir die Pide schmecken!



30 min.



Stufe 1



Feta



rote Zwiebel



Pizzateig



Spinat



gelbe Paprika



Gewürzmischung



Knoblauch

Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
Feta 7)	125 g	250 g
Zwiebel, rot	1	2
Pizzateig 1)	1	2
Spinat	300 g	600 g
Paprika, gelb	1	2
Gewürzmischung 15) (Zimt/Kreuzkümmel)	2 g	4 g
Knoblauch	1/8	1/4

⊕ Ggf. auch für andere
Rezepte verwenden

Allergene

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

Nährwerte pro Person

Kalorien: 782 kcal
Kohlenhydrate: 121 g
Fett: 21 g, Eiweiß: 25 g
Ballaststoffe: 6 g

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

Olivener Öl, Salz, Pfeffer, Mehl

Was zum Kochen gebraucht wird

Backofen, Backblech, Backpapier, Sieb, große Pfanne



1 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

2 **Paprika** waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und in feine Streifen schneiden. In einer Schüssel mit 1 EL **Olivener Öl** vermischen, ein wenig **salzen** und **pfeffern**. Dann auf einem mit Backpapier belegten tiefen Backblech verteilen und auf der mittleren Schiene im Ofen ca. 5-10 Min. weich garen.



3 **Zwiebel** und **Knoblauch** ⊕ abziehen und fein hacken. **Spinat** waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. **Feta** zerkleinern.

4 In einer großen Pfanne ½ EL **Olivener Öl** erwärmen, **Zwiebel** darin ca. 3 Min. glasig andünsten. **Knoblauch** und **Paprika** aus dem Ofen zugeben und ca. 2 Min. mitbraten. **Spinat** nach und nach hinzufügen und zusammenfallen lassen. **Gewürzmischung** unterrühren und mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.



5 **Pizzateig** ausrollen, vierteln und **Spinat** und **Paprika** darauf verteilen (dabei ca. 2 cm Rand frei lassen), mit **Feta** bestreuen und den Rand ein wenig über die **Füllung** falten. Erneut das Backblech mit Backpapier belegen und **Pizzen** darauf legen. Dann auf der mittleren Schiene im Ofen 10–15 Min. braun und knusprig backen.

6 „Pide“-Pizzen auf zwei Tellern verteilen und genießen!

