Pizza mit Sardellen

Rezept für eine selbstgemachte Pizza mit Sardellen alla napoletana

Leicht | 4 Portionen | 90 min.



Sardellen („Acciughe“) oder Anchovis sind eine Delikatesse der mediterranen Küche – insbesondere der italienischen. Ihr weiches Fleisch und ihr kräftiges Aroma machen sie zu einem beliebten Fisch: gebraten, gegrillt, frittiert oder eingelegt in Salz oder Öl. Pizzen bekommen mit Sardellen ein herrliches Aroma. Aber auch in einer selbstgemachten Tomatensauce schmecken Sardellen besonders gut. Und wenn du Sardellenfilets nimmst, sparst du dir außerdem das Filetieren des Fisches.

Diese neapolitanische Pizza mit Sardellen ist die Lieblingspizza der italienischen Schauspielerin Sophia Loren – geboren in Rom und aufgewachsen in der Nähe von Neapel. Vielleicht wird die Sardellen-Pizza „alla napoletana“ mit diesem Rezept bald auch zu deiner Lieblingspizza?

Zutaten

Selstgemachter Pizzateig oder – für Eilige – Fertigteig aus dem Supermarkt

1 Dose ORO di Parma Pizzasauce Oregano (425 ml)

1 Glas Sardellenfilets in Öl (50 – 100 g)

3-4 frische Tomaten

2 Kugeln Mozzarella (à 125 g)

250 g Provolonekäse (alternativ zusätzlich 250 g Mozzarella)

Olivenöl „extra vergine“

Mehl zum Ausrollen

Frische Oreganoblättchen zum Garnieren

Schritt 1: Die Vorbereitung

Wenn du deinen Pizzateig selber machen möchtest, findest du in unserem Küchengeheimnis Pizzateig selber machen eine Anleitung für original italienischen Pizzateig. Falls du nicht so viel Zeit haben solltest, kannst du natürlich auch fertigen Pizzateig verwenden, dann verkürzt sich die Zubereitungszeit um eine Stunde. Teile deinen selbstgemachten Pizzateig in vier gleichgroße Stücke, knete diese kurz mit der Hand flach und rolle die Teigstücke anschließend mit einem Nudelholz auf der bemehlten Arbeitsfläche aus. Den Backofen kannst du auf ca. 200 Grad vorheizen und in der Zwischenzeit die Tomaten und den Mozzarella in Scheiben schneiden. Du bist dir unsicher, welche Tomaten du verwenden sollst oder ob deine Tomaten noch frisch sind? In unserem Küchengeheimnissen zu reifen und frischen Tomaten und Tomatensorten findest du viele weitere Informationen rund um die Tomate.

Schritt 2: Die Sardellen

Für deine Sardellen-Pizza nimmst du nun die Sardellenfilets aus der Dose und tupfst diese etwas ab, damit deine Pizza nicht allzu ölig wird.

Schritt 3: Die Pizza belegen

Lege die fertigen Pizzaböden auf Backbleche mit Olivenöl oder Backpapier. Anschließend verstreichst du die Pizzasauce Oregano auf den vier Pizzen und verteilst die Tomatenscheiben darauf. Jetzt reibst du den Provolone darüber und legst die Mozzarellascheiben auf die Pizza. Zum Schluss noch die Sardellenfilets auf den Mozzarella, mit etwas Olivenöl beträufeln –deine Pizza ist backbereit und die Vorfreude steigt!

Schritt 4: Das Finale

Schiebe die Pizza in den vorgeheizten Backofen. Die Backzeit hängt stark von der Temperatur ab. Bei 220 °C beträgt sie etwa 20 min. Italienische Profi-Pizzaöfen schaffen 400–500 °C. Da ist die Pizza in wenigen Minuten fertig. Wenn du deinen Ofen auf höchste Temperatur bringst, also meistens bis maximal 300 °C, reduziert sich die Backzeit. Dann vertraust du einfach deinen Augen: Wenn der Käse zerlaufen ist, die Pizzasauce blubbert und der Rand leicht bräunlich wird, ist die Pizza fertig. Nun nimmst du die Pizza aus dem Ofen, garnierst sie mit den Oregano-Blättchen – und ab damit auf Teller oder

Brett.

Verwendete Produkte:



Diese und weitere leckere Rezeptideen findest du auf:
www.orodiparma.de/italienische-rezepte