

Pizzaschnecken

**Pizza mal anders: Der beliebte Klassiker in gerollter Form!
Herrlich weich, saftig und aromatisch zugleich!**

Für dieses Rezept gibt es eine Videoanleitung:

<https://youtu.be/4hW9L9LzIUM>

**glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei und fruktosearm
siehe Tipp am Rezeptende**



Für etwa 12 Stück

Für den Teig:

300g glutenfreie Mehlmischung (ich verwende Mix Brot von Schär)

1 TL Flohsamenschalenpulver

1/2 Würfel Frischhefe oder 1 P. Trockenhefe

300ml lauwarmes Wasser

1 TL Salz

1 Prise Zucker

1,5 EL Speiseöl

Für die Füllung:

200g Tomatensoße (ich verwende Kinder-Tomatensoße von Zwergenwiese)

2 TL Pizzagewürz

Salz

Pfeffer

150g Emmentaler, gerieben

30g Zwiebeln, klein gewürfelt

50g Salami, klein gewürfelt

1/2 Paprikaschote, klein gewürfelt

Zum Bestreichen: 1 Eigelb und 1 EL Sahne (ggf. laktosefrei)

1. Für den Teig Mehl, Flohsamenschalenpulver, Salz und Zucker in eine Schüssel geben und mischen. Die Hefe, egal ob Trocken- oder Frischhefe, im lauwarmen Wasser auflösen. Hefewasser und Öl zum Mehlgemisch geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig an einem warmen Ort 30 Minuten aufgehen lassen.

2. Den Teig nochmals gut durchkneten, dann auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem 5mm dicken Rechteck ausrollen. Anschließend mit Tomatensoße bestreichen, mit Pizzagewürz, Salz und Pfeffer würzen und mit Emmentaler, Zwiebeln, Salami und Paprikawürfel belegen.

3. Den Teig von der Längsseite her aufrollen und Scheiben von etwa 2cm Dicke abschneiden. Mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Eigelb und Sahne verquirlen und die Schnecken damit bepinseln.

4. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Ober- und Unterhitze, auf untere Schiene) 35 – 40 Minuten goldbraun backen.

Milchfrei – Tipp: Der Pizzateig ist milchfrei. Für die Füllung Emmentaler durch eine vegane Streukäse-Alternative ersetzen, z.B. von Simply V. Zum Bestreichen Sahne durch Mandel Cuisine austauschen.

Fruktosearm – Tipp: Der Pizzateig ist fruktosearm. Tomatensoße durch Schmand ersetzen. Schalotten anstatt Zwiebeln einsetzen. Gemüsemais anstatt Paprika verwenden.

Foto 1: Pizzaschnecken vor dem Backen



