



Palermos Pizza – Sfinicone

Zeit gesamt
🕒 2h 30min

Zubereitungszeit
🕒 1h

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Hefe, frisch	15 g
Wasser	350 ml
Zucker	1 TL
Weizenmehl, Type 550	250 g
Hartweizengrieß	50 g
Salz	1 TL
Knoblauchzehen	2 St.
Basilikum, frisch	20 g
Sardellenfilets in Olivenöl	25 g
Olivenöl	50 ml
Kirschtomatensauce	1 kg
Pfeffer, schwarz	
Pecorino	100 g
Paniermehl	4 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, Backblech mit Backpapier, Nudelholz

1. In einer Schüssel Hefe in lauwarmem Wasser mit Zucker auflösen und zugedeckt ca. 10 Min. ruhen lassen. Anschließend Mehl, Hartweizengrieß und Salz zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Teig an einem warmen Ort zugedeckt ca. 1 Std. gehen lassen, bis er sich ungefähr verdoppelt hat.
2. Inzwischen Knoblauch schälen und fein hacken. Basilikum waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen. Sardellen abtropfen lassen und grob würfeln.
3. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen und darin Knoblauch und Sardellen ca. 1 Min. anbraten. Mit Tomatensauce ablöschen, Basilikumstängel zugeben und auf niedriger bis mittlerer Stufe ca. 15 Min. einköcheln lassen. Basilikumstängel entfernen und Sauce mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.
4. Backofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Teig nochmals durchkneten und mithilfe eines Nudelholzes zu einem Rechteck ausrollen. Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit den Fingern Vertiefungen in den Teig drücken. Sfinicone großzügig mit ca. 5 EL Olivenöl einpinseln, Tomatensauce darübergeben und ca. 20 Min. im Ofen backen.
5. Inzwischen Pecorino fein reiben und mit Paniermehl vermischen. Pecorino-Paniermehl-Mischung über der Sfinicone verteilen und weitere ca. 15 Min. goldbraun im Ofen backen. Sfinicone leicht abkühlen lassen und mit frischem Basilikum bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	588 kcal
Kohlenhydrate	80 g
Eiweiß	20 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	19 g