



Leichter kochen,
besser essen!

hellofresh.de | kundenservice@hellofresh.de



KW 09 2015 Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #hellofreshgewinnspiel bei uns auf [f](#) [t](#) [i](#) [p](#)



Delikate Stremellachs-Pizza mit Dill-Frischläse, garniert mit Rucola

Frischer Fisch ist besonders empfindlich und kann schon bei einer Temperaturabweichung von 0,5 Grad verderben. Aber zum Glück gibt es den leckeren Stremellachs, der heiß geräuchert wird und dadurch schön saftig und lange frisch bleibt. Und sehr gesund ist er wegen seiner Omega-3-Fettsäuren natürlich auch.



20 min.



Stufe 1



Dill



rote Zwiebel



Rucola



Zitrone



Stremellachs



Frischkäse



Pizzateig

Zutaten in Deiner Box	2P	4P
Dill	5 g	10 g
rote Zwiebel	1	2
Rucola	50 g	100 g
Zitrone	½	1
Stremellachs 4)	125 g	250 g
Frischkäse 7)	75 g	150 g
Pizzateig 1) 7)	1 Packung	2 Packungen

Gut im Haus zu haben	nach Geschmack	nach Geschmack
Salz, Pfeffer	nach Geschmack	nach Geschmack
Olivenöl	1 TL	2 TL

⊕ Ggf. auch für andere Rezepte verwenden

Allergene

- 1) Gluten 4) Fisch
- 7) Lactose

Nährwerte pro Person

Kalorien: 789 kcal
 Kohlenhydrate: 94 g,
 Fett: 27 g, Eiweiß: 35 g
 Ballaststoffe: 5 g



1 Ofen auf 200 °C vorheizen.

2 Dill waschen, trocken schütteln und fein hacken. **Zwiebel** abziehen und in feine Streifen schneiden. **Rucola** waschen und abtropfen lassen. **Zitrone** heiß abwaschen, Hälfte fein abreiben und in feine Spalten schneiden. Haut vom **Lachs** entfernen, das **Fleisch** grob zerzupfen.



3 Frischkäse mit Dill vermengen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

4 Pizzateig auf einem mit Backpapier belegten Backblech ausrollen. Mit Dill-Frischkäse bestreichen und mit **Stremellachs** und **Zwiebeln** belegen.



5 Pizza ca. 10-15 Min. auf der mittleren Schiene nach Packungsangabe knusprig backen.

6 Rucola mit Olivenöl vermengen und Salz (vorsichtig! Der Lachs ist schon sehr salzig) und Pfeffer würzen.

7 Pizza nach Garzeit aus dem Ofen nehmen, mit Rucola bedecken, in Stücke schneiden, auf Tellern verteilen und nach Belieben mit einer Zitronenspalte genießen.

