

# Kürbispizza

🕒 15 Min. + 25 Min. backen 🌱 vegetarisch

Ergibt 16 Stück

<b>1 ausgewallter Pizzateig</b> (ca. 28 × 38 cm)	Ofen auf 240 Grad vorheizen. Teig entrollen, mit dem Backpapier in ein Blech ziehen, Teigrand rundum ca. 1cm breit einschlagen. Teig mit der Crème fraîche bestreichen.
<b>200 g Crème fraîche</b>	
<b>300 g Kürbis</b> (z. B. Butternut)	Kürbis schälen, grob reiben, Peperoncino entkernen, fein hacken, beides mit dem Öl mischen, salzen, auf der Crème fraîche verteilen. Kürbiskerne grob hacken, darüberstreuen.
<b>1 roter Peperoncino</b>	
<b>1 EL Olivenöl</b>	
<b>½ TL Salz</b>	
<b>2 EL Kürbiskerne</b>	
<b>4 Zweiglein Oregano</b>	<b>Backen:</b> ca. 25 Min. auf der untersten Rille des Ofens. Herausnehmen, Oreganoblättchen abzupfen, darüberstreuen.

Stück: 164 kcal, F 9 g, Kh 19 g, E 3 g

## TIPP

**Nicht alle mögens rassig**  
Falls nicht alle die Schärfe des Peperoncinos mögen, diesen nur über einen Teil der Pizza streuen.





# Currywurst-Kranz

🕒 20 Min. + 30 Min. backen 🚫 laktosefrei

Ergibt ca. 18 Stück

<b>1</b> ausgewallter Kuchenteig (ca. 25 x 42 cm)	Ofen auf 220 Grad vorheizen. Teig entrollen, quer halbieren.
<b>2 EL</b> grobkörniger Senf <b>1 TL</b> milder Curry <b>2</b> Schweinsbratwürste (je ca. 100 g)	Senf und Curry verrühren, die unteren Teighälften damit bestreichen, Würste darauflegen. Teige satt aufrollen, ca. 10 Min. kühl stellen. Die Rollen in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden, in ein mit Backpapier belegtes Blech stellen.
<b>100 g</b> Ketchup <b>2 TL</b> milder Curry <b>2 EL</b> Röstzwiebeln	<b>Backen:</b> ca. 30 Min. in der Mitte des Ofens. Herausnehmen, Ketchup und Curry verrühren, Röstzwiebeln darüberstreuen, zum Wurstkranz servieren.

Stück: 105kcal, F 6g, Kh 9g, E 3g

## TIPP

### Teigresten nicht wegwerfen

Die Teigenden der Rolle, die keine Wurstfüllung haben, falten und ebenfalls ins Blech zwischen die Rollen stellen.





# Salami-Gipfeli

🕒 10 Min. + 15 Min. backen

Ergibt 12 Stück

**1 ausgewallter  
Kuchenteig**  
(ca. 32 cm Ø)

Ofen auf 220 Grad vorheizen.  
Teig entrollen, in 12 gleich grosse Kuchenstücke  
schneiden.

**5 Salbeiblätter**  
**80 g Crème fraîche**  
**12 Scheiben Salami**  
(ca. 60 g)  
**1 Ei**

Salbei fein schneiden, mit der Crème fraîche ver-  
rühren. Füllung auf dem breiteren Teil der Teigstücke  
verteilen. Salami darauflegen, Teigstücke zur Spitze  
hin aufrollen. Gipfeli auf ein mit Backpapier belegtes  
Blech legen, Ei verklopfen, Gipfeli damit bestreichen.

**Backen:** ca. 15 Min. in der Mitte des Ofens.

Stück: 135 kcal, F 9 g, Kh 11 g, E 3 g

## TIPP

**Lässt sich vorbereiten**  
Gipfeli ca. ½ Tag im Voraus formen,  
zugedeckt im Kühlschrank  
aufbewahren. Kurz vor dem Servieren  
mit Ei bestreichen und backen.





# Forellen-Gipfeli

🕒 15 Min. + 15 Min. backen

Ergibt 12 Stück

<b>1 ausgewallter Blätterteig</b> (ca. 32 cm Ø)	Ofen auf 220 Grad vorheizen. Teig entrollen, in 12 gleich grosse Kuchenstücke schneiden.
<b>100 g geräucherte Forelle</b> <b>2 Zweiglein Dill</b> <b>50 g Frischkäse mit Meerrettich</b> <b>2 Prisen Salz</b> <b>1 Ei</b>	Fisch grob, Dill fein schneiden, mit dem Frischkäse mischen, salzen. Füllung auf dem breiteren Teil der Teigstücke verteilen. Ei verklopfen, Teigländer mit wenig Ei bestreichen, Teigstücke zur Spitze hin aufrollen. Gipfeli auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit einer Gabel dicht einstechen, mit restlichem Ei bestreichen.
<b>Backen:</b> ca. 15 Min. in der Mitte des Ofens.	

Stück: 115 kcal, F 7g, Kh 9g, E 4g

## TIPP

### Lässt sich vorbereiten

Gipfeli ca. ½ Tag im Voraus formen, mit dem restlichen Ei separat zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren. Kurz vor dem Servieren Gipfeli mit dem restlichen Ei bestreichen und backen.





# Schinkengipfel

🕒 20 Min. + 15 Min. backen

Ergibt 16 Stück

200 g Hinterschinken  
in Tranchen  
4 Zweiglein Petersilie  
150 g Rahmquark  
2 TL grobkörniger Senf  
¼ TL Salz  
wenig Pfeffer

Ofen auf 220 Grad vorheizen.  
Schinken fein, Petersilie grob schneiden, mit dem  
Quark und dem Senf mischen, würzen.

2 ausgewählte  
Blätterteige  
(je ca. 32 cm Ø)  
1 Ei

Teige in je 8 gleich grosse Kuchenstücke schneiden.  
Füllung auf dem breiteren Teil der Teigstücke verteilen.  
Ei verklopfen, Teigländer mit wenig Ei bestreichen,  
Teigstücke zur Spitze hin aufrollen, Enden gut zusam-  
mendrücken. Gipfel auf ein mit Backpapier belegtes  
Blech legen, mit restlichem Ei bestreichen.

**Backen:** ca. 15 Min. in der Mitte des Ofens.

Stück: 164 kcal, F 10 g, Kh 14 g, E 5 g

## TIPP

### Lässt sich vorbereiten

Gipfel ca. ½ Tag im Voraus formen,  
mit dem restlichen Ei separat zugedeckt  
im Kühlschrank aufbewahren. Kurz  
vor dem Servieren Gipfel mit dem restlichen  
Ei bestreichen und backen.





# Speckschnecken

🕒 25 Min. + 15 Min. backen    🚫 laktosefrei

Ergibt ca. 20 Stück

**1 ausgewallter  
Blätterteig**  
(ca. 25 x 42 cm)  
**4 EL rotes Pesto**

Ofen auf 220 Grad vorheizen.  
Teig entrollen, mit dem Pesto bestreichen.

**3 Zweiglein glatt-  
blättrige Petersilie**  
**3 EL ungesalzene geschälte  
Pistazien**  
**80 g Speckwürfel**  
**2 EL geriebener Gruyère**  
**20 Holzspiesschen**  
**1 EL geriebener Gruyère**

Petersilie grob schneiden, Pistazien grob hacken,  
beides mit dem Speck auf dem Teig verteilen. Käse dar-  
überstreuen. Teig von der Längsseite her satt auf-  
rollen, Rolle ca. 10 Min. kühl stellen. Rolle in ca. 2 cm  
dicke Scheiben schneiden, an die Spiesschen ste-  
cken, mit genügend Abstand auf ein mit Backpapier  
belegtes Blech legen. Käse darüberstreuen.

**Backen:** ca. 15 Min. in der Mitte des Ofens. Heraus-  
nehmen, etwas abkühlen, lauwarm servieren.

Stück: 98 kcal, F 7g, Kh 7g, E 2g

## TIPP

### Variante

Statt rotem Pesto Basilikumpesto oder  
Tapenade verwenden.

### Lässt sich vorbereiten

Teigrolle ca. ½ Tag im Voraus vorbereiten, zuge-  
deckt im Kühlschrank aufbewahren.  
Kurz vor dem Servieren schneiden und backen.





# Chäspäckli

🕒 10 Min. + 15 Min. backen 🌱 vegetarisch

Ergibt 12 Stück

<b>1 ausgewallter Blätterteig</b> (ca. 25 x 42 cm)	Ofen auf 220 Grad vorheizen. Teig entrollen, in 12 gleich grosse Rechtecke schneiden, mit einer Gabel dicht einstechen.
<b>200 g Weichkäse</b> (z. B. Président Carré Gourmet)	Käse in 12 Stücke schneiden, auf die Mitte der Teigstücke legen, je 1 Baumnusskern darauflegen. Ei verklopfen, Teigländer mit wenig Ei bestreichen. Teig-ecken über den Baumnusskernen zusammenlegen, etwas andrücken. Päckli auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit restlichem Ei bestreichen. Fleur de Sel darüberstreuen.
<b>12 Baumnusskerne</b> <b>1 Ei</b> <b>2 Prisen Fleur de Sel</b>	
<b>2 EL Preiselbeeren aus dem Glas</b>	<b>Backen:</b> ca. 15 Min. in der Mitte des Ofens. Herausnehmen, Preiselbeeren darauf verteilen.

Stück: 173 kcal, F 12 g, Kh 12 g, E 5 g

## TIPP

### Variante

Statt Président Carré Gourmet 160 g Pavé de Rougemont oder Pavé mit Trüffel verwenden.

### Lässt sich vorbereiten

Chäspäckli ca. ½ Tag im Voraus formen, mit dem restlichen Ei separat zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren. Kurz vor dem Servieren Päckli mit dem restlichen Ei bestreichen und backen.





# Pilz-Speck-Fladen mit Feigen

🕒 15 Min. + 15 Min. backen

Ergibt ca. 16 Stück

<b>1 ausgewallter Pizzateig</b> (ca. 28 cm Ø)	Ofen auf 240 Grad vorheizen. Teig entrollen, mit dem Backpapier auf ein Blech legen, etwas dünner und oval ausziehen.
<b>100 g Crème fraîche</b> <b>1 EL Tomatenpüree</b> <b>1 rote Zwiebel</b> <b>100 g Champignons</b> <b>¼ TL Salz</b> <b>wenig Pfeffer</b>	Crème fraîche und Tomatenpüree verrühren, auf dem Teig verteilen. Zwiebel schälen, in feine Ringe, Champignons in Scheiben schneiden, beides auf der Tomatencreme verteilen, würzen.
<b>2 Feigen</b> <b>50 g Rohessspeck in Tranchen</b> <b>2 Zweiglein Majoran</b> <b>wenig Pfeffer</b>	<b>Backen:</b> ca. 15 Min. auf der untersten Rille des Ofens. Herausnehmen, Feigen in Schnitzchen schneiden, Speck halbieren, beides auf dem Fladen verteilen. Majoranblättchen abzupfen, darüberstreuen, würzen.

Stück: 103 kcal, F 5 g, Kh 11 g, E 3 g





# Pizzette verdi

🕒 15 Min. + 18 Min. backen 🌱 vegetarisch

Ergibt 6 Stück

<b>1 ausgewallter Pizzateig</b> (ca. 28 × 38 cm) <b>100 g Mascarpone</b>	Ofen auf 240 Grad vorheizen. Teig entrollen, in 6 gleich grosse Rechtecke schneiden. Teigecken einschlagen, mit dem Backpapier auf ein Blech ziehen. Teig mit dem Mascarpone bestreichen.
<b>1 Zucchini</b> (ca. 200 g) <b>1 Bundzwiebel mit dem Grün</b> <b>50 g tiefgekühlte Erbsli</b> , angetaut <b>½ TL Salz</b> <b>wenig Pfeffer</b> <b>3 EL geriebener Parmesan</b> <b>1 EL Olivenöl</b>	Zucchini in ca. 3 mm dicke Scheiben hobeln, Bundzwiebel in feine Ringe schneiden, beides mit den Erbsli auf dem Mascarpone verteilen, würzen. Käse darüberstreuen, Öl darüberträufeln.
<b>2 Zweiglein Pfefferminze</b>	<b>Backen:</b> ca. 18 Min. auf der untersten Rille des Ofens. Herausnehmen, Pfefferminzblättchen abzupfen, darüberstreuen.

Stück: 399 kcal, F 19 g, Kh 46 g, E 11 g

## TIPP

### Genuss-Tipp

Die Pizzette schmecken am besten heiss oder lauwarm.

### Variante

1 roter Peperoncino, entkernt, in feinen Ringen, vor dem Backen auf den Pizzette verteilen.

