Du kan naturligtvis ha annat godis än skinka på pizzorna. Vi har stöttat med skivade champinjoner.

Foto: PÄR JOHANSSON

Lökfrön gör susen

Paulus Abdalla ringer från Hallstahammar och berättar att han blandar lökfrön i pizzadegen och att det är succé bland kunderna.

Mat för dagen

Jon Hansson
jon.hansson@aftonbladet.se

Paulus pizza

40 minuter
(+ 4 timmar jäsning)

Det här behöver du

(4 stora eller 8 små pizzor)

Degen:
25 g jäst
1 tsk salt
2 tsk socker
0,5 tsk lökfrön
0,5 dl olivolja
0,5 dl olja
1 msk smör
700 g vetemjöl

Tomatsåsen:
1/2 vitlöksklyfta
2 msk olivolja
400 g passerade tomater
1 tsk balsamvinäger
2 tsk socker
1 tsk salt
1 krm peppar
4 dl riven ost eller skivad mozzarella
150 g rökt skinka
1 tsk oregano

Så här gör du

1. Blanda 1,5 dl rumsvarmt vatten med den smulade jästen, saltet och sockret. Rör om tills allt löst sig.
2. Blanda i lökfröna, olivoljan, oljan och smöret.
3. Blanda ner mjölet lite i taget tills du får en fast deg som inte klibbar. Det kan variera hur mycket mjöl som går åt.
4. Dela upp degen i små bullar och lägg ut på en bricka eller plåt.
5. Täck med plastfilm eller fuktig duk, låt jäsa 30 minuter.
6. Ställ in i kylen och jäs ytterligare 3–4 timmar.
7. Gör tomatsåsen under tiden: Krossa den halva vitlöksklyftan och fräs i oljan någon minut.
8. Häll i tomaterna, balsamvinägern, sockret, saltet och pepparn. Koka ihop i 10 minuter.
9. När pizzorna jäst klart. Sätt igång ugnen på 250 grader och kavla ut tunt på mjölat bord.
10. Täck med lite tomatsås men inte ända ut till kanten.
11. Strö på skinka, champinjoner, tonfisk eller vad du nu vill ha och toppa med oregano och riven ost.
12. Grädda på plåtar 8 minuter i ugnen. Strö gärna på lite ruccola när du serverar.

Hitta råvaran

Lökfrön finns i orientaliska affärer och i Indiskas serie med kryddor. Där heter den kalonji.