# Sardenaira ?? die Pizza Liguriens

-
  Hach, wenn ich eine Sardenaira Zuhause mache, dann ist in der Küche der Geruch Italiens, speziell Sanremo vertreten ? die Sardenaira ist eine Art Focaccia, denn der Teig ist wesentlich dicker als bei einer herkömmlichen Pizza. Es ist eine ligurische Spezialität ?

In Sanremo bekommt man diese Köstlichkeit eigentlich überall in Stücken – pezzi- zu kaufen. In Cafe's, Tavernettas, Strandbars …. ja eigentlich überall ? meine Töchter haben die Pizza manchmal schon zum Frühstück am Strand gegessen ? und deshalb breitet sich bei dem Geruch in unserer Küche auch immer ein wenig Urlaubsfeeling und Sehnsucht nach dieser so wunderschönen kleinen Küstenstadt aus ?

Die ligurische Pizza besteht aus Tomaten, Kapern, Knoblauch, der im Ganzen mit Schale auf der Pizza verteilt wird, Sardellen, Oregano und den wunderbaren Taggiasca Oliven. Diese sind etwas kleiner aber sehr schmackhaft und sind auch eine köstliche Spezialität aus Ligurien ?

Also ich komme da immer aus dem Schwärmen gar nicht mehr heraus, denn ich könnte sie vor allem im Urlaub eigentlich zu jeder Tageszeit essen ?

In der Regel wird die Sardenaira als Snack gereicht, oder

Antipasti, also als kleine Vorspeise, oder auch zum Aperetivo. Aber Vorsicht, denn gerade als Vorspeise neigt man dazu, zuviel davon zu essen ? denn sie ist so lecker, und man ist schnell satt.

Wenn wir in Sanremo sind, wird die Pizza natürlich auch immer in der Familie gebacken, und das sind auch immer die Leckersten ?

Na? Lust auf diese Spezialität bekommen oder einfach mal Urlaub in dieser wundervollen Region zu machen ? hier ist schon mal das Rezept dazu ??

**Die Mengenangabe sind für ein herkömmliches Blech angegeben. Wenn ihr so wie ich auf dem Bild, ein kleineres rundes Blech nehmt, dann verwendet nur die Hälfte der Angaben ?**

**Zutaten**

Hefeteig:

500 g Mehl

1 Päckchen Hefe

250 ml lauwarmes Wasser

50 ml lauwarme Milch

1 Tl Salz

4 El Olivenöl

Belag:

2 Büchsen gehackte Tomaten

Salz, Pfeffer und Oregano nach Bedarf

Kapern

Oliven – am besten schmecken Taggiasca Oliven

6 Knoblauchzehen

4 – 5 Sardellenfilets

Olivenöl

**Zubereitung**

Hefeteig

– das Mehl in eine Schüssel geben. Mit einer Suppenkelle eine Vertiefung in der Mitte drücken

– dann die Hefe, das Salz und das lauwarme Wasser, Milch Gemisch dazugießen. Rund herum am Rand verteilt ihr das Olivenöl

– nun alles mit einem elektrischen Knethaken bearbeiten. Am Ende solltet ihr natürlich die Hände zum kneten nehmen. Der Teig sollte schön fluffig und weich sein aber nicht kleben

– etwas Mehl in die Schüssel geben und den Teig wieder hineingeben. Mit einem Tuch bedecken und an einem warmen Ort ca. 45 Minuten gehen lassen

– die gehackten Tomaten in eine Pfanne geben und erhitzen. Dann schön würzig mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und frischen oder getrockneten Oregano abschmecken. Wer mag kann auch noch eine sehr fein geschnittene Zwiebel mitkochen. Ein wenig einkochen lassen und vom Herd nehmen

– nun den inzwischen aufgegangenen Hefeteig nochmals kräftig

durchkneten

– das Blech mit etwas Olivenöl austreichen und den Hefeteig darin verteilen, also am besten vorher ein wenig ausrollen. Dann nochmal ca. 10 Minuten ruhen lassen

– nun den Teig nochmal niederboxen und dann belegen

– zuerst verteilt ihr die eingekochte Tomatensauce auf dem Teig. Die Knoblauchzehen drückt ihr mit dem Handballen eine bischen platt. Dann diese auf der Sauce verteilen. Kapern, Oliven und die Sardellen auch auf der Sugo verteilen. Zum Schluss mit ein bischen Olivenöl beträufeln und zur Seite stellen

– den Ofen auf 200 °C ober/unter Hitze oder 180 °C Umluft vorheizen

– das Blech auf der mittleren Schiene ca. 25-30 Minuten backen

So und jetzt den Duft genießen und sich in den Urlaub träumen ???

Also lasst euch inspirieren und probiert es einfach mal aus ?

LG Tina ❤