

## Rezept: Pizzabrötchen mit Joghurt-Dip (6 Portionen)

---

### Zutaten Pizzabrötchen

150g Dinkelmehl (Typ 1050 oder Vollkorn)  
1 TL Backpulver  
½ TL Salz  
1 TL getrocknetes Basilikum  
130g Skyr  
80g Streukäse, z.B. Pizzakäse  
1 TL Olivenöl  
1 TL getrocknete italienische Kräuter



vegetarisch

### Zutaten Dip

250g Joghurt, 3,8% Fett  
½ Bund Minze  
Salz & Pfeffer

### Zubereitung Pizzabrötchen

1. Dinkelmehl, Backpulver, Salz und getrocknetes Basilikum vermischen.
2. Den Skyr hinzugeben und mit sauberen Händen alles zu einem glatten Teig verkneten.
3. Aus dem Teig gleich große Kugeln formen und diese zu runden Fladen flach drücken.
4. Für die Füllung den Streukäse mit dem Olivenöl und den getrockneten italienischen Kräutern mischen.
5. Mit einem Teelöffel in die Mitte von jedem Fladen einen kleinen Teil der Füllung geben.
6. Die Ränder des Fladens nach oben falten, zusammendrücken und vorsichtig eine kleine Kugel formen.

7. Das Backblech mit Backpapier auslegen und die Pizzabrötchen darauflegen. Bei 180°C Umluft (220°C Ober- und Unterhitze) in etwa 15 Minuten goldbraun backen.

### Zubereitung Dip

1. Minze waschen und fein schneiden.
2. Den Joghurt in eine Schüssel geben.
3. Die Minze unterrühren.
4. Den Dip mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Weitere Praxistipps, Rezepte und Infos zum FreizeitFit4Kids-Programm findet ihr unter [www.freizeitfit4kids.de](http://www.freizeitfit4kids.de)

Wir freuen uns über Feedback und weitere Ideen von Euch. Gerne erstellen wir weitere Praxistipps gemeinsam mit Euch für unsere Website. Bei Interesse oder rückfragen, schreibt uns an [kontakt@freizeitfit4kids.de](mailto:kontakt@freizeitfit4kids.de)