

## Socca, mit Tomaten, Thymian und Zwiebeln

### ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN:

- 300 g Kirschtomaten, halbiert
- 250 g Zucchini
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- 600 g weiße Zwiebeln, in Ringe geschnitten
- 2 EL Thymianblättchen
- 1/2 TL Weißweinessig



Abbildung 1Foto Wiebke Zint

### SOCCA-TEIG

- 230 g Kichererbsen-Mehl
- Mineralwasser
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Je ½ TL Kurkuma, Muskatblüte
- Olivenöl
- 2 Eiweiß

### ZUM DEKORIEREN

- Parmesanchips
- Thymianzweig

### ZUBEREITUNG:

1. Die halbierten, mit Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl gewürzten Kirschtomaten und die Zucchini-scheiben im auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorgeheizten Ofen in einer ofenfesten Form etwa 25 Minuten garen. Sie sollen nur halb gar und auf gar keinen Fall zu trocken werden. Die Zwiebelringe währenddessen in einer Pfanne mit vier Esslöffeln heißem Olivenöl kurz stark anbraten. Thymian, etwas Salz und Pfeffer hinzugeben und alles bei milder Hitze etwa zwanzig Minuten garen, bis die Zwiebeln weich, süß und golden sind. Den Essig unterrühren und nach Belieben und Gefallen noch etwas nachwürzen.
2. In der Zwischenzeit für den Socca-Teig das Mehl mit 450 ml Wasser, 1 ½ EL Olivenöl, einem ¾ TL Salz, ¼ TL Kurkuma und etwas frisch gemahlene schwarzen Pfeffer in einer Schüssel verrühren. Eiweiß separat steif schlagen und unterheben. In einer kleinen geölten Pfanne (möglichst antihaftbeschichtet) nacheinander Pfannkuchen ausbacken.

Zum Servieren jeden Pfannkuchen mit den Zwiebeln und Tomaten belegen und noch etwas Thymian darauf dekorieren.



*Sieht aus wie eine Pizza, ist aber keine.*

*Socca ist eine Spezialität aus Nizza die aus Kichererbsen-Mehl gemacht wird. Reichhaltig an gesunden Nährstoffen stärkt sie Herz und Nerven. Und obwohl glutenfrei ist sie ebenso schmackhaft.*

1

