

Würzige BBQ-Veggie-Pizza

mit Bohnen, Paprika und Mozzarella



ca. 25min



4 Portionen

Bei dem Wort BBQ denken die meisten wahrscheinlich zuerst an den Grill im Garten. Aber auch ohne Grillparty wollen wir auf rauchig-würzige Sauce nicht verzichten – und geben sie deshalb einfach auf unsere Pizza: Wir verstecken sie in der Tomatenbasis, die ist damit nämlich der optimale Untergrund für Mais und fruchtige Paprika. Mozzarella und Lauchzwiebeln obendrauf, fertig ist das alternative BBQ!

Was du von uns bekommst

- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Pck. BBQ-Sauce ^{1,4}
- 2 Dosen Bio-Tomatenmark
- 2 Pck. Pizzateig ²
- 800g mexikanischer Gemüsemix ¹
- 2 Mozzarellas ³

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen und 2 Backbleche

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Sellerie (1), Gluten (2), Milch (3), Senf (4).
Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 0kcal



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **weißen** und den **grünen Teil der Lauchzwiebeln** getrennt voneinander in dünne Ringe schneiden. Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken.



4. Pizzen backen

Die **Pizzen** im Ofen ca. 8Min. backen. Inzwischen den **Mozzarella** kurz abtropfen lassen und mit den Fingern in kleine Stücke zerzupfen. Nach ca. 8Min. den **Mozzarella** auf den **Pizzen** verteilen und die **Pizzen** weitere 8-12Min. backen, bis der Boden leicht knusprig und der **Mozzarella** zerlaufen ist. Dabei je nach Ofen die Position der Bleche tauschen.



2. Pizzasauce anrühren

Den **Knoblauch**, die **BBQ-Sauce** und das **Tomatenmark** mit 4EL Wasser, 2EL Olivenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer verrühren.



5. Verfeinern & servieren

Die fertig gebackenen **Pizzen** mit den **grünen Lauchzwiebelringen** bestreuen und servieren.



3. Teige belegen

Die **Teige** mit dem Papier nach unten auf zwei Backblechen ausrollen und mit der **BBQ-Tomaten-Sauce** bestreichen. Den **Gemüsemix** und die **weißen Lauchzwiebelringe** gleichmäßig darauf verteilen und die **Pizzen** im Ofen ca. 8Min. backen.



6. Ein scharfes Ding

Was passt immer gut zu BBQ und Mais? Sí, señor, ein wenig von der scharfen Sauce! Welche Nationalität die Sauce hat, ist uns allerdings egal: Asiatische Sriracha geht genauso gut wie das Fläschchen mit Kaktus und Sombrero, das kriegen wir schon geschmacklich unter einen Hut.