



Pizza Bánh-mì-Style mit BBQ-Tempeh

und mariniertem Gemüse



ca. 30min



2 Personen

Heute wird das Konzept Pizza mal ganz neu gedacht und auf raffinierte Art asiatisch interpretiert: Auf dem klassischen Teig werden knusprig-süßer Tempeh mit Hoisinsauce und fruchtige Tomatenscheiben gebacken. Garniert wird mit eingelegten Karotten und Gurke, frischen Kräutern und Peperoni. Lecker!

Was du von uns bekommst

- 2 Tomaten
- 2 Päckchen BBQ-Sauce 9,10
- 1 Packung Tempeh 11,13
- 1 Packung Pizzateig 1
- 1 Packung Hoisinsauce 1,6,11
- 1 Karotte
- 1 Minigurke
- 20g frischer Koriander & Minze
- 1 Lauchzwiebel
- 1 rote Peperoni

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- Sparschäler
- Küchenreibe

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

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Sellerie (9), Senf (10), Sesamsamen (11), Lupinen (13). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 914kcal, Fett 21.9g, Kohlenhydrate 141.8g, Eiweiß 34.5g



1. Tomaten schneiden

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Tomaten** in dünne Scheiben schneiden.



2. Tempeh vorbereiten

Die **BBQ-Sauce** mit 1-2EL Wasser verrühren und mit dem **Tempeh** vermengen.



3. Pizza backen

Den **Teig** mit dem Papier nach unten auf einem Backblech ausrollen und mit der **Hoisinsauce** bestreichen. Die **Tomatenscheiben** und den **Tempeh** darauf verteilen und die **Pizza** 12-15Min. im Ofen backen, bis der **Teig** gar und knusprig ist.



4. Gemüse einlegen

Die **Karotte** schälen und mit einer Küchenreibe grob raspeln. Die **Gurke** längs vierteln und in kleine Würfel schneiden. 2EL Essig, 2EL Wasser, 1 Prise Salz und 1TL Zucker verrühren und mit dem **Gemüse** vermengen.



5. Garnitur vorbereiten

Die **Koriander**- und die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und grob schneiden. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden. Die **Peperoni** in dünne Ringe schneiden, ggf. für weniger Schärfe die Kerne entfernen.



6. Anrichten und servieren

Die **Pizza** nach Belieben mit dem eingelegten **Gemüse**, den **Kräutern**, den **Lauchzwiebeln** und den **Peperoniringen** garnieren, in Stücke schneiden und servieren.