



RS Pizza Vegetaria mit Bazlama

dazu Salat mit Zucchini und Walnüssen



30-40min



2 Portionen

Leichtigkeit ist etwas Wunderbares, nicht nur im Leben, sondern auch im Magen. Zeit, dass sich altbekannte Wohlfühlgerichte in neuem Glanz zeigen! Heute: Pizza! Mit einem knusprigen Boden aus Bazlama-Pfannenbrot und einem vegetarischen Belag aus Paprika, Zucchini, Mozzarella und aromatischem Basilikum. Dazu gibt es einen frischen Salat mit leckerem Dressing und Walnüssen. Leicht gemacht – schnell verputzt!

Was du von uns bekommst

- 1 Paprika
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Pck. Tomatensauce mit Basilikum
- 1 Zucchini
- 1 Pck. Bazlama-Pfannenbrot ¹
- 1 Mozzarella ²
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt ²
- 50g gemischter Salat
- 10g Basilikum
- 25g Walnusskerne ⁴

Was du zu Hause benötigst

- 2TL Honig
- 1TL Senf ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- Backpapier
- Sparschäler

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 651kcal, Fett 32.8g, Kohlenhydrate 62.4g, Eiweiß 25.8g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Paprika** vierteln, entkernen, in dünne Streifen schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit ½EL Olivenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer einreiben. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken, dann mit der **Tomatensauce**, 1TL Honig und je 1 Prise Salz und Pfeffer verrühren.



2. Zucchini schneiden

Die **Paprika** im Ofen 6-8Min. backen, bis sie beginnt, weich zu werden. Inzwischen die **Zucchini** mit einem Sparschäler rundum in breite Streifen schneiden, das **weiche Kerngehäuse** quer in dünne Scheiben schneiden.



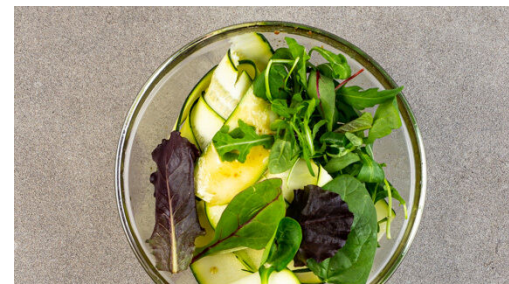
3. Brote belegen

Das **Brot** horizontal halbieren und die Schnittflächen mit der **Tomatensauce** bestreichen. Den **Mozzarella** in kleine Stücke zupfen. Die **Paprika**, die **Zucchini** aus dem Kerngehäuse und den **Mozzarella** aus dem Kerngehäuse und den **Mozzarella** gleichmäßig auf den **Broten** verteilen. Das Backpapier entfernen und die **Broten** auf das Backblech legen.



4. Pizzen backen

Den **Hartkäse** fein hacken und auf den **Broten** verteilen. Die **Bazlama-Pizzen** im Ofen ca. 6Min. backen, bis die Ränder goldbraun sind und der **Käse** geschmolzen ist.



5. Salat zubereiten

Inzwischen 1EL Olivenöl, 1TL Essig, 1TL Honig und 1TL Senf zu einem **Dressing** verrühren. Die **Zucchini** und den **gemischten Salat** mit dem **Dressing** vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen und grob schneiden



6. Walnüsse anrösten

Die **Walnüsse** ca. 2Min. vor Ende der Backzeit neben den **Pizzen** im Ofen anrösten, anschließend über den **Salat** streuen. Die **Pizzen** mit dem **Basilikum** garnieren und mit dem **Salat** servieren.