



Pizza Bánh-mì-Style mit BBQ-Tempeh und mariniertem Gemüse



ca. 30min



3-4 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!

- 4 Tomaten
- 1 Packung Tempeh ⁶
- 2 Päckchen BBQ-Sauce ^{9,10}
- 2 Packungen Pizzateig ¹
- 2 Packungen Hoisinsauce ^{1,6,11}
- 2 Karotten
- 1 Gurke
- 20g frischer Koriander & Minze
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 rote Peperoni

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker

- Backofen und 2 Backbleche
- Sparschäler
- Küchenreibe

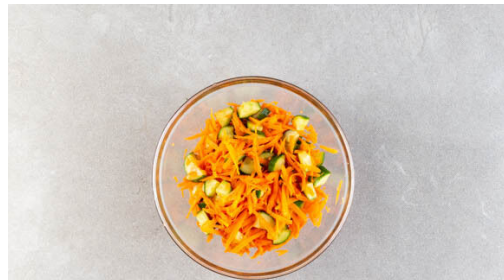
Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 807kcal, Fett 18.1g,
Kohlenhydrate 127.0g, Eiweiß 29.7g



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



Die **Karotten** schälen und mit einer Küchenreibe grob raspeln. Die **Gurke** längs vierteln und in kleine Würfel schneiden. 3EL Essig, 3EL Wasser, 1-2 Prisen Salz und 1TL Zucker verrühren und mit dem **Gemüse** vermengen.



Den **Tempeh** der Länge nach in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Die **BBQ-Sauce** mit 2-3EL Wasser verrühren und vorsichtig mit dem **Tempeh** vermengen.



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



Die **Teige** mit dem Papier nach unten auf zwei Backblechen ausrollen und mit der **Hoisinsauce** bestreichen. Die **Tomaten** und den **Tempeh** darauf verteilen und die **Pizzen** 12-15Min. im Ofen backen, bis der **Teig** gar und knusprig ist. Je nach Ofen die Bleche nach der Hälfte der Zeit tauschen.



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