



Pizza Pot Pie mit veganen Hackbällchen

und Tomatensauce mit Paprika und Pilzen



30-40min



2 Personen

Auch im Sommer ist so ein schmackhaftes Ofengericht manchmal genau das Richtige. Denn es wärmt ja nicht nur den Körper, sondern auch die Seele! Hier treffen einige unbestrittene Größen der Soulfood-Fraktion aufeinander und lassen etwas wahrlich Heißes entstehen: eine aromatische, mit provenzalischen Kräutern gewürzte Füllung aus Paprika, Pilzen und veganen Hackbällchen in Tomatensauce unter knusprigem Blätterteig! Halleluja!

Was du von uns bekommst

- 2 rote Paprika
- 250g Champignons
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Packung vegane Hackbällchen⁶
- 1 Päckchen Provence-Kräutermischung
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 Packung Blätterteig¹

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- mittelgroße Pfanne

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

Kochtipps

Wer mag, bestreicht den Pizza Pot Pie vor dem Backen mit Milch bzw. einer veganen Milchalternative.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 939kcal, Fett 55.0g, Kohlenhydrate 80.7g, Eiweiß 24.9g



1. Gemüse & Pilze schneiden

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die **Pilze** ggf. säubern und je nach Größe halbieren oder vierteln. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



4. Sauce zubereiten

Die **gehackten Tomaten** und 1/2TL Zucker in die Pfanne geben. Die **Sauce** 2-3Min. köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.



2. Hackbällchen vorbereiten

Die **veganen Hackbällchen** halbieren und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 3-5Min. goldbraun anbraten. Auf einem Teller beiseitestellen.



5. Hackbällchen untermischen

Die **Hackbällchen** mit der **Sauce** vermengen und in eine mittelgroße Auflaufform geben.



3. Gemüse & Pilze braten

Die **Zwiebeln**, den **Knoblauch**, die **Paprika**, die **Pilze** und die **1/2 der Gewürzmischung** in derselben Pfanne mit 1EL Olivenöl und 1/2TL Salz bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren 5-6Min. anbraten.



6. Pizza Pot Pie backen

Den **Teig** ausrollen und die Auflaufform vollständig abschließend damit bedecken, ggf. überstehende **Ränder** abschneiden und nach Belieben als Dekoration verwenden. Den **Teig** mit einer Gabel einstechen und den **Pizza Pot Pie** im Ofen in 15-17Min. goldbraun und knusprig backen, anschließend servieren.