

Gemüse-Pizza

Die Gemüse-Pizza ist ein vegetarisches Rezept, ganz ohne Fleisch. Mit diesem Rezept wirst du zum Pizzabäcker.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 25 min

Koch/Backzeit: 15 min

Ruhezeit: 50 min

Gesamtzeit: 1,5 h



Zutaten

für den Teig

500 g	Mehl
40 g	Germ (Hefe)
250 ml	Wasser
1 EL	Salz
1 EL	Honig
2 EL	Olivenöl

für den Belag

1 Dose	Tomaten gewürfelt (ca. 425 ml)
1 Stk.	Zwiebel (klein)
1 Stk.	Paprika
500 g	Mischgemüse (frisch oder TK)
150 g	Pizzakäse (gerieben)
1 Handvoll	frische Kräuter (Basilikum, Oregano, Thymian)
1 Spritzer	Olivenöl
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für die **Gemüse-Pizza** zuerst den Teig zubereiten. Die Zubereitungs-Schritte für den

Pizzateig findest du [hier](#).

2. Das TK-Mischgemüse rechtzeitig vom Gefrierschrank nehmen und antauen lassen. Die Zwiebel schälen, klein zerhacken oder in Ringe schneiden. Den Paprika entkernen und in kleine Stücke schneiden, die Kräuter klein zerhacken.
3. Jetzt die Tomaten aus der Dose in einem Sieb abtropfen lassen. In eine Schüssel geben und mit einer Gabel zerdrücken, mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Die Tomaten auf den vorbereiteten Pizzateig streichen, den Rand freilassen. Mit Zwiebeln, Gemüse und dem geriebenen Käse belegen und mit den Kräutern bestreuen. Nach Belieben mit einem Spritzer Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Im vorgeheizten Backrohr bei 220 °C Ober-/Unterhitze zirka 12-15 Minuten goldbraun backen.

Tipp