



Vegane Zucchini-Pizza

2 Portionen

Zutaten

Pizzaboden

35 g geschrotete Leinsamen
500 g Zucchini
1 Prise Meersalz
100 g Kichererbsenmehl
Pfeffer
1 TL Natron oder Backpulver
1 TL Zitronen- oder Limettensaft
2 TL Kräuter der Provence

Pesto

25 g Pinienkerne
25 g Walnusskerne
35 ml Olivenöl
1/4 TL Salz
20 g Basilikum

Belag

6 Cocktailtomaten
1/2 rote Zwiebel
10 schwarze Oliven
1 EL Pinienkerne

Zubereitung

Den Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.

Die Leinsamen mit 5 EL Wasser verrühren und mindestens 10 Minuten quellen lassen.

Die Zucchini waschen, raspeln, mit dem Meersalz vermengen und kurz ziehen lassen. Anschließend in ein sauberes Küchentuch geben und gut auspressen. Die Leinsamen und Natron hinzugeben und mit Zitronensaft beträufeln. Das Kichererbsenmehl ebenfalls hinzufügen und alles gut durchkneten.

Den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben und flach drücken.

Bei 200 °C Umluft ca. 10–15 Minuten backen, bis er am Rand leicht braun wird.

Währenddessen das Pesto zubereiten. Dafür die Pinien- und Walnusskerne in einer Pfanne ohne Öl unter ständigem Rühren ca. 2 Minuten anrösten. Anschließend die Kerne mit dem Olivenöl, Salz und Basilikum mit dem Pürierstab zu einer feinen Masse verarbeiten.

Die Cocktailtomaten waschen und in Scheiben schneiden. Die Oliven und Zwiebel ebenfalls in dünne Scheiben schneiden.

Den Zucchiniboden aus dem Ofen nehmen und das Pesto darauf verteilen.

Tomaten, Oliven und Zwiebel darauf verteilen und erneut für ca. 5 Minuten im Ofen backen.

Pizza aus dem Ofen nehmen und mit den Pinienkernen und ein paar Basilikumblättern garnieren.