



# Schnelle Grill-Pizza mit Grillgemüse

Zeit gesamt  
20min

Zubereitungszeit  
20min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Zucchini	1 St.
Paprika, gelb	1 St.
Paprika, rot	1 St.
Frühlingszwiebeln	0.5 Bund
Champignons, braun	250 g
Knoblauchzehen	1 St.
Olivenöl	7 EL
Balsamicoessig, dunkel	2 EL
Zuckerrübensirup	2 TL
Kräuter der Provence, getrocknet	1 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Zitronen	1 St.
Rucola	100 g
Pita-Brot	4 St.

## Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, hohes Gefäß, Pürierstab, Grill

1. Gemüse bis auf Pilze waschen. Zucchini leicht schräg in Scheiben schneiden. Paprika halbieren, Strunk und Kerne entfernen und in grobe Streifen schneiden. Wurzelenden der Frühlingszwiebeln abschneiden und in grobe Stücke schneiden. Pilze ggf. mit Küchenkrepp säubern und halbieren. Knoblauch schälen und fein hacken.
2. In einer Schüssel 2 EL Olivenöl und Balsamicoessig mit der Hälfte des Knoblauchs, 1 TL Zuckerrübensirup, Kräutern der Provence, Salz und Pfeffer verrühren. Gemüse mit der Marinade vermengen.
3. Zitrone halbieren und Saft auspressen. In einem hohen Gefäß Rucola mit restlichem Knoblauch, 5 EL Olivenöl und 1 EL Zitronensaft fein pürieren. Mit 1 TL Zuckerrübensirup, Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Pita-Brote auseinanderziehen, sodass jeweils 2 Fladen entstehen.
4. Grill anheizen. Gemüse auf dem Grill ca. 5–7 Min. braten. Pita-Brote mit den Fingern leicht befeuchten und ebenfalls ca. 2 Min. auf dem Grill rösten.
5. Pita-Brote jeweils mit Rucola-Pesto bestreichen. Grillgemüse auf den Grill-Pizzen anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Du kannst dein Brot auch selbst machen. Die [Olivenfladen vom Grill](#) schmecken auch sehr lecker als Grill-Pizza.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	325 kcal
Kohlenhydrate	47 g
Eiweiß	10 g
Ballaststoffe	9 g
Fette	13 g