Vegane BBQ-Pizza mit Räuchertofu, Hack, roten Zwiebeln und BBQ-Sauce

Zeit gesamt 45min

Zubereitungszeit 25min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, rot	1 St.
Strauchtomaten	2 St.
Mais aus der Dose	80 g
Räuchertofu	1 St.
Grillsauce	200 g
Pizzateig mit Tomatensauce	2 St.
Smokehouse BBQ Rub	3 TL
Öl	4 EL
Vemondo veganes Hack	275 g
Vemondo Reibegenuss	150 g
Oregano, getrocknet	
Schnittlauch, frisch	10 g

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Pfanne, Backblech mit Backpapier

1. Zwiebel halbieren, schälen und in feine Streifen schneiden. Tomaten waschen, Strunk entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Mais in ein Sieb abgießen. Räuchertofu in feine Streifen schneiden. In einer Schüssel Grillsauce, 1 Glas Tomatensauce und Smokehouse BBQ Rub verrühren.

2. Ofen auf 250 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einer Pfanne 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Vemondo Hackfleisch darin ca. 5 Min. krümelig anbraten, auf einem Teller beiseitestellen. Erneut 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Räuchertofu ca. 3 Min. rundherum anbraten.

3. Pizzateige mit Backpapier auf den Blechen abrollen und die BBQ-Tomatensauce auf dem Teig verstreichen. Dabei einen ca. 1 cm breiten Rand frei lassen. Pizza gleichmäßig mit Reibegenuss bestreuen. Nach Belieben mit veganem Hackfleisch, Räuchertofu, Zwiebel, Tomaten und Mais belegen, mit Oregano bestreuen und nacheinander auf der unteren Schiene ca. 10 Min. knusprig und goldbraun backen.

4. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. Pizzen vierteln und mit Schnittlauch garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Übrige BBQ-Tomatensauce eignet sich hervorragend als Dip zur Pizza.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1103 kcal
Kohlenhydrate	138 g
Eiweiß	30 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	42 g