



Vegane Türkische Pizza mit Salat

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Knoblauchzehen	1 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Paprika, rot	1 St.
Vemondo veganes Hack	500 g
Öl	2 EL
Pizzateig mit Tomatensauce	1 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Kreuzkümmel	0.25 TL
Oregano, getrocknet	1 TL
Salat-Mix	100 g
Zitronen	1 St.
Salatgurken	0.5 St.
Sojaghurt	150 g
Olivener Öl	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Pfanne, Backblech mit Backpapier, Sieb

1. Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Knoblauch schälen und fein hacken. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und fein würfeln. Vemondo veganes Hack in der Verpackung mit einer Gabel leicht auflockern.
2. In einer Pfanne Öl auf hoher Stufe erhitzen. Vemondo veganes Hack darin ca. 8 Min. krümelig anbraten. Knoblauch, Zwiebel und Paprika zugeben und nochmals ca. 4 Min. braten. Mit Tomatensauce ablöschen. Masse mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Oregano würzen und Pfanne vom Herd ziehen.
3. Pizzateig ausrollen und halbieren. Hälften jeweils sehr dünn ausrollen und nach Belieben Ecken rund abschneiden. Teig jeweils auf ein Backblech mit Backpapier ziehen und veganes Hack-Sauce gleichmäßig darauf verteilen. Vegane Türkische Pizza im Ofen ca. 15 Min. backen.
4. Währenddessen Salat waschen und abtropfen lassen. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Gurke waschen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden.
5. Sojaghurt im Becher mit 1 EL Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren und abschmecken. In einer Schüssel Olivenöl mit 2 EL Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren. Salat und Gurken mit dem Dressing vermengen.
6. Vegane Türkische Pizza aus dem Ofen nehmen und mit Salat belegen. Mit Sojaghurt-Dip servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	707 kcal
Kohlenhydrate	67 g
Eiweiß	19 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	32 g