



Pizza mit Brokkoli und Champignons

Zeit gesamt
🕒 1h 10min

Zubereitungszeit
👉 50min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Weizenmehl, Type 405	300 g
Dinkelmehl, Type 630	200 g
Trockenhefe	1 Päckchen
Salz	
Olivenöl	7 EL
Wasser	270 ml
Knoblauchzehen	2 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Basilikum, frisch	20 g
Zitronen	1 St.
Strauchtomaten	1 St.
Tomatenmark	6 EL
Tomaten, gehackt	400 g
Brauner Zucker	1 EL
Oregano, getrocknet	1 TL
Chili, gemahlen	
Pfeffer, schwarz	
Brokkoli	1 St.
Champignons, weiß	200 g
Cherrytomaten	200 g
Vemondo Reibeguss	200 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf, Backblech mit Backpapier, feine Reibe

1. In einer Schüssel Weizenmehl, Dinkelmehl und Trockenhefe vermengen. 1 TL Salz, 3 EL Öl und lauwarmes Wasser zugeben und zu einem Teig verkneten. Den Teig für ca. 45 Min. bei 50 °C im Ofen gehen lassen.
2. Inzwischen Knoblauch schälen und fein hacken. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Tomate waschen, Strunk entfernen und würfeln.
3. In einem Topf 4 EL Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und Zwiebeln mit Knoblauch ca. 2–3 Min. anbraten. Tomatenmark und gehacktes Basilikum zugeben und für ca. 2 Min. anbraten. Dosentomaten und frische Tomate zugeben, mit 1 EL Zucker, Oregano, Chilipulver und 2 EL Zitronensaft würzen und ca. 10–15 Min. leicht köcheln lassen. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Währenddessen Brokkoli waschen und in kleine Röschen brechen oder schneiden. Pilze ggf. waschen und in Scheiben schneiden. Cherrytomaten waschen und halbieren.
5. Pizzateig aus dem Ofen nehmen. Ofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Pizzateig auf etwas Mehl ausrollen. Tomatensauce auf den Pizzaböden verteilen. Nach Belieben mit Brokkoli, Pilzen, Cherrytomaten und Reibeguss belegen.
6. Pizzen nacheinander ca. 10–12 Min. im Ofen backen. Vorsichtig herausnehmen, mit restlichem Basilikum bestreuen, in Stücke schneiden und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	851 kcal
Kohlenhydrate	136 g
Eiweiß	24 g
Ballaststoffe	12 g
Fette	26 g