



Vegane Gemüse pide mit Vemondo Gyros

Zeit gesamt
45min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|------------------------------------|----------|
| Spitzpaprika | 1 St. |
| Zwiebeln, rot | 1 St. |
| Petersilie, frisch | 0.5 Bund |
| Knoblauchzehen | 2 St. |
| Pizzateig mit Tomatensauce | 2 St. |
| Salz | |
| Kreuzkümmel | |
| Auberginen | 1 St. |
| Vemondo veganes Gyros mit Zwiebeln | 500 g |
| Weizenmehl, Type 405 | 4 EL |
| Sojadrink | 2 EL |
| Sesam, weiß | 4 EL |
| Sojaghurt | 8 EL |

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Backblech mit Backpapier, Pinsel, Nudelholz

1. Ofen auf 250 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Paprika waschen, Strunk und Kerne entfernen und grob raspeln. Zwiebel halbieren, schälen und grob raspeln. Petersilie waschen, trocken schütteln, etwas Petersilie fürs Garnieren beiseitelegen und restliche Petersilie fein hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. In einer Schüssel Paprika, Zwiebel, Petersilie, Knoblauch und Tomatensauce verrühren. Mit Salz und Kreuzkümmel abschmecken.
2. Aubergine waschen, Enden entfernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Vemondo veganes Gyros in der Tüte auflockern. Pizzateig halbieren. Teighälften auf einer bemehlten Fläche mit einem Nudelholz zu dünnen, länglichen Fladen ausrollen. 2 Teigfladen auf je ein Backblech legen.
3. Gemüse-Tomatensauce, Aubergine und Vemondo veganes Gyros mittig darauf verteilen, Teigränder leicht über die Füllung klappen und an den Enden spitz zusammendrücken. Ränder mit etwas Sojadrink einpinseln und mit Sesam bestreuen. Bleche nacheinander im Ofen für jeweils ca. 10 Min. goldbraun backen.
4. Pide mit restlicher Petersilie bestreuen und warm mit Sojaghurt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 838 kcal |
| Kohlenhydrate | 139 g |
| Eiweiß | 47 g |
| Ballaststoffe | 13 g |
| Fette | 18 g |