



## Quinoa-Pizza Italiana

Selbstgemachte Pizza - außergewöhnlich gut mit der Alpro Soja-Kochcrème

Cuisine Light

### Zubereitung

1. Quinoa in Wasser einweichen, sodass es mindestens für 8 Stunden quellen kann, bevor die Quinoa-Pizza zubereitet wird.
  2. Rote Paprika waschen, abtrocknen, entkernen und in Viertel schneiden. Die Paprika-Viertel für ungefähr 10 Minuten in einer Pfanne anbraten, bis die Paprikahaut dunkel ist. Die Paprika abkühlen lassen, die Haut entfernen und die Paprika dann in kleine Stücke schneiden. Ein wenig Öl in einer Pfanne erhitzen und eine halbe rote Zwiebel und den Knoblauch darin andünsten. Das Tomatenmark, den Balsamico-Essig, 100 ml Soja-Kochcrème Cuisine Light und die Paprikastücke hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles für ca. 15 Minuten bei geringer Hitze kochen lassen. Für mehr Würze die Sauce mit italienischen Kräutern und noch etwas Salz und Pfeffer abschmecken.
  3. Ofen auf 230° C vorheizen. Den abgetropften Quinoa in einen Mixer geben und nach und nach 80 ml Soja-Kochcrème Cuisine Light hinzufügen bis eine feste Masse entsteht. 2 EL Olivenöl, italienische Kräuter, Salz und Pfeffer dazugeben. Ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech vorbereiten und darauf den Quinoa-Pizzateig verteilen oder ausrollen. Den Teig für 10 - 15 Minuten oder nach Packungsanleitung im vorgeheizten Ofen backen.
  4. Champignons und Rucola waschen und trocken tupfen. Die Champignons und die zweite Zwiebelhälfte in Scheiben schneiden und kurz zusammen anbraten, mit Pfeffer und Salz würzen. Den Pizzateig mit der Paprika-Paste bestreichen und mit den Champignons und Zwiebeln belegen. Anschließend den Ziegenkäse darüber krümeln. Noch einmal mit Salz und Pfeffer würzen und zum Schluss den Rucola auf die Pizza geben.
- Delizioso - Buon Appetito!



1 Stück



1h

## Zutaten

- 180 ml Alpro Soja-Kochcrème Cuisine Light
- 240 g (ungekochtes) Quinoa oder ein fertiger Pizza-Teig
- 2 EL Olivenöl
- 4 rote Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Tomatenmark
- 1 EL Balsamico-Essig
- 500 g braune Champignons
- 120 g weicher Ziegenkäse
- 1 Bund Rucola
- 2 TL italienische Kräuter
- Frisch gemahlener Pfeffer
- Salz

## Zubereitet mit

Soja-Kochcrème Cuisine Light

