

Vegane Kichererbsenpizza mit Rote-Bete-Hummus

VORBEREITEN

80
Min.

RUHEN

120
Min.

ZUBEREITEN

60
Min.

NIVEAU



Zutaten für 1 Pizza

Für den Pizzaboden

180 g Kichererbsenmehl
3 Esslöffel Sonnenblumenöl
280 ml Wasser
1 Prise(n) Salz

Für die Kichererbsen

100 g Kichererbsen
1 Esslöffel Pflanzenöl
1/2 Teelöffel Kurkuma
1 Prise(n) Zimt
1 Prise(n) Kreuzkümmel
1 Prise(n) Salz

Für das Topping

1 Handvoll gemischter Salat
1/4 Granatapfel
4 Esslöffel Rote-Bete-Hummus
Salz, Pfeffer
Kresse

Wer braucht schon Hefeteig, Tomatensauce und Käse für seine Pizza? Du ab jetzt nicht mehr! Dein Teig wird aus Kichererbsenmehl gemacht und im Ofen knusprig ausgebacken. Satt Sauce gibt's knallig cremigen Hummus

aus Roter Bete oben drauf und als knuspriges Extra tummeln sich statt Käse geröstete Kichererbsen auf deiner veganen Lieblingspizza!

- 1 -

Für die Kichererbsen Backofen auf 180 °C vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen.

- 2 -

Kichererbsen in einer Schüssel mit Öl, Kreuzkümmel, Kurkuma und Zimt vermengen. Auf dem Backblech verteilen und im heißen Ofen ca. 35 Minuten rösten.

- 3 -

Für den Pizzaboden Kichererbsenmehl fein sieben und in eine Schüssel geben. Wasser, Salz und Öl hinzufügen und mit einem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren. Teig abgedeckt 2 Stunden ruhen lassen.

- 4 -

Backofen auf 220 °C vorheizen. Springform einfetten und 5 Minuten im Ofen aufheizen.

- 5 -

Teig erneut durchrühren und in die Springform füllen. Im heißen Ofen 20-30 Minuten goldbraun backen.

- 6 -

Rote-Bete-Hummus nach Rezept zubereiten. Granatapfel entkernen.

- 7 -

Pizzaboden mit Rote-Bete-Hummus bestreichen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit gerösteten Kichererbsen,

Vegane Kichererbsenpizza mit Rote-Bete-Hummus

Salat und Granatapfelkernen belegen und mit Kresse garnieren.