



Kichererbsen-Pizza

mit Pesto & Rucola



Zutaten für 1 Pizza:

- Boden** Den Backofen auf 150 °C vorheizen. Alle Zutaten für den Pizzaboden in einen Mixer geben und verrühren, bis ein Teig entsteht.
- 230 g Sonnenblumenkerne
 - 180 g Kichererbsen
 - 60 ml Kokosöl
 - 1 TL Kreuzkümmel
 - 1 TL Currypulver
 - 1/2 TL Kurkuma
 - Salz
- Das Backblech leicht mit Kokosöl einfetten. Die Masse etwa 1/2 cm dick gleichmäßig auf dem Blech verteilen. Den Boden für 10 Minuten backen.
- Dann frisches Pesto, entweder selber machen oder kaufen, auf dem Boden verstreichen. Die Pizzabeläge darauflegen. Etwa 45 Minuten im Ofen backen, je nach gewünschter Knusprigkeit des Pizzabodens. Zuletzt mit frischem Rucola garnieren und frischem Pfeffer betreuen.
- Belag**
- 100 g Kichererbsen
 - 1 Bund Rucola
 - 1 Zwiebel
 - 130 g Champignons
 - 2 EL grünes Pesto
 - Pfeffer