

Pizza mit Mais, Champignons und Paprika

Vegetarisch 30 – 40 Minuten • 909 kcal • Tag 3 kochen

701



Pizzateig



rote Spitzpaprika



Champignons



Mais



junger Gouda, gerieben



Buttermilch-Zitronen-Dressing



Tomatenmark



gerebelter Oregano

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*, Zucker*, Wasser*

Kochutensilien

1 Backblech und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 Personen

	2P
Pizzateig 15)	400 g
rote Spitzpaprika NL ES MA	1
Champignons	100 g
Mais	150 g
junger Gouda, gerieben 7)	75 g
Buttermilch-Zitronen-Dressing 7) 8) 9)	50 ml
Tomatenmark	70 g
gerebelter Oregano	2 g

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 480 g)
Brennwert	795 kJ/190 kcal	3804 kJ/909 kcal
Fett	7,1 g	34,2 g
- davon ges. Fettsäuren	2,2 g	10,6 g
Kohlenhydrate	23,7 g	113,6 g
- davon Zucker	4,5 g	21,7 g
Eiweiß	6 g	28,7 g
Salz	1,14 g	5,47 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 7) Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier **9)** Senf **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: NL: Niederlande **ES:** Spanien **MA:** Marokko

1



2



3



Kleine Vorbereitung

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Spitzpaprika in feine Ringe schneiden.

Champignons in Scheiben schneiden.

Mais mithilfe des Deckels abgießen.

In einer kleinen Schüssel **Tomatenmark**, Hälfte vom **Oregano**, 1 EL **Wasser***, 1 EL **Olivenöl***, **Salz***, **Pfeffer*** und 1 Prise **Zucker*** vermengen.

Pizza belegen

Pizzateig ausrollen und den **Teig** sowie das Backpapier mithilfe einer Schere nach Belieben in Formen schneiden und auf ein Backblech geben.

Tomatensoße und **Gouda** gleichmäßig auf den **Pizzastücken** verteilen. **Pizzastücke** nach Belieben mit **Gemüse** belegen.

Tipp: Lass Deiner Kreativität freien Lauf, aus dem Gemüse kannst Du zum Beispiel Gesichter zaubern.

Anrichten

Pizzastücke im Ofen 16 – 18 Min. goldbraun backen.

Fertige **Pizzastücke** nach Belieben mit restlichem **Oregano** garnieren und mit **Buttermilch-Zitronen-Dressing** genießen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!

<http://www.hellofresh.de/freunde>

