

# Obst-Pizza mit Vanille-Creme

## Zutaten für 1 Pizza = 8 Stücke

### Für den Pizza-Teig

- 200 g Vollkorn-Dinkelmehl + etwas Mehl für die Arbeitsfläche
- 100 ml Wasser + 1 EL
- 4 g Trockenhefe
- 1 EL Olivenöl, erhitzbar
- 1 TL Apfelessig
- 1 TL Kristallsalz
- ½ TL Kokosblütenzucker

### Für die Vanille-Creme

- 300 ml Sojamilch Vanille
- 70 g Cashewkerne
- 6 g Kartoffelstärke
- 5 EL Yaconsirup
- 1 TL Bourbon-Vanille
- ½ TL Kristallsalz

### Für den Obst-Belag

- 400 g Äpfel - waschen, halbieren und in Scheiben schneiden
- 200 g Ananas - vierteln und in Scheiben schneiden
- 30 g Bananen - schälen und in Scheiben schneiden
- 2 EL Rosinen - über ein Sieb abspülen und abtropfen lassen
- 2 EL Yaconsirup

## Zubereitung

- Vorbereitungszeit ca. 30 Minuten
- Koch-/Backzeit ca. 20 Minuten

Für die Obst-Pizza als Erstes die Hefe in eine kleine Schüssel geben; mit ½ TL Kokosblütenzucker und 1 EL Wasser verrühren, dann 30 Min. beiseitestellen.

In der Zwischenzeit das Obst vorbereiten.

Dann für die Vanille-Creme alle Zutaten in einem Mixer pürieren. Anschliessend in einen Topf geben und unter ständigem Rühren erhitzen. Nach dem Aufkochen noch 1 Min.iterrühren, dann den Topf beiseitestellen.

Für den Teig das Mehl mit der Hefe, Wasser, Essig, Öl und Salz in eine Schüssel geben und mit einem elektrischen Handrührgerät so lange zu einem Teig kneten, bis er sich vom Schüsselrand löst.

Den Backofen auf 180 °C vorheizen; ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech bereitstellen.

Den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche ca. 3 - 4 mm ausrollen und auf das Backpapier legen.

Die Vanille-Creme gleichmässig auf dem Teig verteilen und mit dem Obst belegen. Auf die mittlere Schiene des Backofens setzen und 20 Min. backen.

Die Obst-Pizza aus dem Ofen nehmen, mit 2 EL Yaconsirup beträufeln und servieren.

#### **Nährwerte pro Stück**

Kalorien: 256 kcal, Kohlenhydrate: 13 g, Eiweiss: 7 g, Fett: 7 g



#### **Link zum Rezept**

<https://zdg.de/rezept-vegane-obst-pizza.html>