

REZEPT DER WOCHE

KW 25 15.06. – 21.06.2026

Zucchini-Pizza (Für 4 Personen)



© Ökokiste e. V.

Das brauchen Sie:

500 g	Zucchini	(Art.Nr. 180)
100 g	Parmesan	(Art.Nr. 2504)
300 g	Cocktailtomaten	(Art.Nr. 104)
100 g	Zwiebel	(Art.Nr. 400)
1	Knoblauchzehe	(Art.Nr. 410)
1 Bund	Basilikum	(Art.Nr. 454)
1	Ei	(Art.Nr. 1989)
3 EL	Haferflocken	(Art.Nr. 5548)
2 EL	Olivenöl	(Art.Nr. 8534)
1 EL	Tomatenmark	(Art.Nr. 17073)
1 TL	Zucker oder Honig	
½ TL	Oregano	(Art.Nr. 8355)
	Salz und Pfeffer	

Und so geht's:

Ofen auf 200 °C vorheizen.

Zucchini fein raspeln, mit 1 TL Salz vermengen und 15 Minuten ziehen lassen. Anschließend in ein Küchentuch geben und gründlich ausdrücken. Mit verquirltem Ei, 50 g geriebenem Parmesan, Haferflocken und etwas Pfeffer vermengen.

Für die Sauce Zwiebel und Knoblauch fein hacken, Tomaten halbieren. Zwiebel in Olivenöl anbraten, Knoblauch kurz mitbraten. Tomatenmark, Zucker, Basilikum und Oregano einrühren, Tomaten zugeben und ca. 25 Minuten köcheln lassen. Pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Zucchini-Masse auf Backpapier zu einem ca. 20 cm großen Kreis formen und 10 Minuten backen. Wenden, mit der Sauce bestreichen und mit den restlichen Tomaten sowie Parmesan belegen. Weitere 8–10 Minuten backen.

Mit frischem Basilikum servieren.

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!

DECKERSBIOKISTE

Am Bollgraben 11
76534 Baden-Baden

Telefon 07223 8062230
E-Mail info@deckersbiokiste.de