



EKELS

“IST-DAS-ETWA-BROKKOLI?”

Pizza

Obwohl Ekel Broccoli eigentlich ablehnt,
hat dieses Rezept ihre strenge Prüfung bestanden!

ZUTATEN (für eine Pizza)

- Pizzateig aus dem Kühlregal
- eine halbe Dose Tomaten
- ein halber Kopf Broccoli, in mundgerechte Röschen geteilt
- eine halbe Knoblauchzehe gepresst
- eine halbe Knoblauchzehe in dünne Scheiben geschnitten
- abgeriebene Schale und Saft einer halben kleinen Zitrone
- geriebener Mozzarella
- Chiliflocken
- Parmesan
- Olivenöl
- Salz

ZUBEREITUNG

TOMATENSAUCE VORBEREITEN

Gieße den Saft einer halben Dose Tomaten ab und halbiere die Tomaten vorsichtig. Anschließend drückst Du die Kerne heraus und raspelst das Fruchtfleisch mit Hilfe einer Reibe. Würze die Tomaten nach Geschmack mit Salz und Olivenöl. Zum Schluss zerdrückst Du eine halbe Knoblauchzehe mit der Knoblauchpresse und mischt sie unter die Sauce.

BROKKOLI GAREN

Erhitze einen Teelöffel Olivenöl in einer Pfanne. Füge den in dünne Scheiben geschnittenen Knoblauch hinzu und brate ihn ca. 20 Sekunden an, bis er gut duftet. Füge den Broccoli, ein paar Chili-Flocken und noch etwas Olivenöl hinzu. Reduziere die Hitze und brate den Broccoli unter gelegentlichem Rühren so lange, bis er gar ist, aber noch Biss hat. Hebe die geriebene Zitronenschale unter und würze mit Zitronensaft und Salz.

PIZZA BELEGEN

Heize den Ofen auf 220°C vor. Rolle den gekauften Pizzateig auf Backpapier aus und bestreiche ihn zuerst mit der Tomatensauce. Bestreue die Pizza mit so viel geriebenem Mozzarella, wie Du magst, und belege sie anschließend mit dem Broccoli. Schiebe die Pizza auf einem Backblech in den Ofen und backe sie, bis der Rand leicht gebräunt und der Käse zerlaufen ist. Zum Schluss kannst Du noch frisch geriebenen Parmesan über die Pizza streuen. **GUTEN APPETIT!**



Disney • PIXAR
**ALLES
STEHT KOPF**
AB 1. OKTOBER IM KINO