



MICHAELA KOLLMEDER
HEILPRAKTIKERIN

Linsenpizza



ZUTATEN

400g rote Linsen, über Nacht eingeweicht
100 ml Wasser
Salz und Pfeffer
Kurkuma optional

ZUBEREITUNG

Einweichwasser abgießen. Linsen in 100ml Wasser pürieren und mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Evtl. auch etwas Kurkuma zugeben.
Die Masse teilen und auf zwei Backbleche geben und etwas rund ausstreichen.
15 Minuten bei 180°C backen.
Topping auf die gebackene Pizza geben und weitere 5-10 Minuten fertig backen.

TOPPING

Tomaten oder Tomatensoße
Ziegen oder Schafkäse, gerieben
Champignon

Nach dem Backen die Pizza noch mit Basilikum Blätter garnieren.

Tip.

Vor dem pürieren der Linsen, getrocknete Tomaten oder/und Bruschetta Gewürz zugeben.
Die Linsen können auch statt mit Wasser mit Gemüsebrühe püriert werden.