



Schoko-Haferflocken-Pizza mit Himbeeren & Erdnussbutter

⌚ Preparation time: 10 minutes
Cooking time: 15 minutes
Total time: 25 minutes

👤 Portions: 2

Zutaten für 1 Pizza (1-2 Personen)

- 70 g Harfeflocken (Feinblatt!)
- 15 g Kokosraspel
- 2 EL Kakaopulver
- 1 kl. TL Zimt
- Eine Prise Meersalz
- Ein kl. TL Backpulver
- Eine halbe reife Banane (zweite Hälfte siehe Topping/Belag)
- 1 EL Ahornsirup (oder Agavendicksaft)
- 50 ml Pflanzendrink

Tipp: Wenn Ihr das Kakaopulver weglasst, erhaltet Ihr auch eine wunderbare Haferflocken-Frühstückspizza, nur eben nicht schokoladig. Diese kann man ebenso wie folgt belegen oder Ihr toppt die Pizza mit abgetropftem Sojajoghurt oder veganem Quark, den Ihr mit 1 EL Ahornsirup/Agavendicksaft und einer Prise gemahlener Vanille vermischt und belegt die Pizza sonst nach Belieben. Eurer Fantasie sind da keine Grenzen gesetzt. Das Rezept funktioniert also auch ohne Kakaopulver.

Topping/Belag

Für die Schokosoße

- 50 ml Kokosöl (flüssig/erwärmen)
- 2 EL Kakaopulver (+0,5 TL zum Bestäuben)
- 1 kl. TL Johannisbrotkernmehl (zum Andicken der Soße/kann entfallen)
- 2 EL Ahornsirup (oder Agavendicksaft)

Außerdem (Nur ein Vorschlag, Ihr könnt die Pizza nach Belieben belegen)

- 40 g Himbeeren (TK-Ware)
- Eine halbe reife Banane
- 2 EL Erdussbutter
- 1 kl. TL Chiasamen
- 1-2 TL Kakaonibs

Tipp: Nehmt einfach die doppelte Menge der Zutaten und probiert vier Mini-Pizzas, die Ihr alle unterschiedlich belegen könnt :-)

Zubereitung (10 Minuten Arbeitszeit und ca. 15-18 Minuten Backzeit)

1. Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen und ein Blech mit Backpapier belegen
2. 70 g feine Haferflocken, 15 g Kokosraspel, 2 EL Kakaopulver, 1 kl. TL Zimt, eine Prise Meersalz und einen kl. TL Backpulver in einer Schüssel vermischen.
3. In einer zweiten Schüssel eine halbe reife Banane mit einer Gabel zerdrücken. 1 EL Agavendicksaft und 50 ml Pflanzendrink (z.B. Sojadrink oder Mandeldrink) dazu geben und gut verrühren. Die feuchten Zutaten anschließend mit dem Haferflockenmix kräftig mit einer Gabel vermengen und 2-3 Minuten quellen lassen.
4. Schiebt den Teig mit einer Gabel zu einer Art "Kugel" zusammen und gebt diese auf das Backpapier. Jetzt den Teig mit einem Löffel vorsichtig zu einem dünnen Kreis austreichen - also vorsichtig flach drücken und kreisförmig verstreichen. Habt dabei etwas Geduld und macht das langsam und ruhig.
5. Den ausgestrichenen Teig ca. 15-18 Minuten im Ofen bei 180 Grad Umluft backen, bis er schön fest ist.

6. Teig aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen, vorsichtig vom Backpapier lösen und auf einen Teller geben.
7. Himbeeren kurz antauen lassen oder frische Himbeeren benutzen. Für die Schokosoße 50 ml flüssiges Kokosöl, 2 EL Kakaopulver, einen kl. TL Johannisbrotkernmehl und 2 EL Ahornsirup miteinander verrühren.
8. Schokosoße über die Pizza verteilen. Eine halbe Banane aufschneiden und diese zusammen mit den Himbeeren auf der Pizza verteilen. Pizza mit 1-2 EL Erdnussbutter beträufeln, noch etwas Schokosoße darüber geben und Pizza mit Chiasamen und Kakaonibs bestreuen.

Sooooo lecker!

Lasst es Euch schmecken! Der Pizzaboden wird leicht kross und lässt sich wunderbar aufschneiden.

Die Portion reicht für 1-2 Personen.