

Pizzabelag

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

- 8 Tomaten
- 1-2 Zwiebeln (je 100g)
- 1 rote oder gelbe Paprika
- 1-2 Zucchini
- 1/2 Pk (125 g) Räuchertofu
- 1 kleine Stange Lauch
- Öl

- Tomaten in Spalten schneiden oder würfeln (vorher nach Wunsch blanchieren und häuten).
- Tofu in 2-3 cm lange, fingerbreite, 2-3 mm dicke Streifen schneiden, in Öl knusprig anbraten.
- Zwiebeln schälen, in Halbringe schneiden, evt. glasig dünsten.
- Paprika von Stiel und Kernen befreien, in Rauten schneiden.
- Zucchini in 2-4 mm dicke Scheiben schneiden.
- Lauch gründlich waschen und in Ringe schneiden.



Varianten: Die Zutaten können nahezu beliebig ersetzt und ergänzt werden, z.B. durch Erbsen, Mais, Oliven, Knoblauch, Pilze, Spinat, Artischocken, Peperoni (frisch oder eingelegt), ganze grüne Pfefferkörner usw.; statt des Räuchertofus kann marinierter Tofu, Seitan etc. verwendet werden.