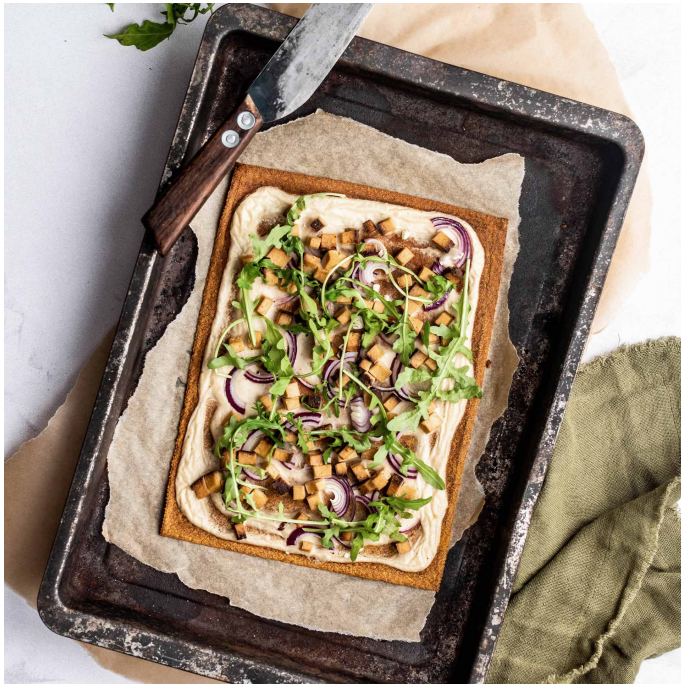




# Veganer Flammkuchen mit roten Zwiebeln, Tofu und Rucola



## Zubereitungszeit:

30 Min.

## Zutaten:

### für 1 Flammkuchen:

- 1 [Beetgold Pizzaboden](#)
- 80 g Sojajoghurt ungesüßt
- 20 g Cashewmus
- Etwas Salz, Pfeffer und Knoblauchpulver
- 1/2 rote Zwiebel
- 60 g Räuchertofu
- 1 Handvoll Rucola

## Zubereitung:

1. Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.
2. Für die Cashewcremesauce Sojajoghurt mit dem Cashewmus glatt rührend. Mit Salz, Pfeffer und Knoblauchpulver abschmecken. Anschließend auf dem Pizzaboden verteilen.
3. Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden. Auf der Cremesauce verteilen.
4. Räuchertofu zwischen 2 Küchenpapierstreifen leicht zusammendrücken, dass die Flüssigkeit entweichen kann. In kleine Würfel schneiden und auf dem Pizzaboden verteilen. Den belegten Pizzaboden anschließend im vorgeheizten Backofen für ca. 15 Minuten backen.
5. Herausnehmen, mit Rucola belegen und genießen.