

## Rezept

# Veganer Pizzakäse

Ein Rezept von Veganer Pizzakäse, am 15.12.2025

## Zutaten

### Für den Pizzakäse:

**180 g** Cashewkerne

Pfeffer

Salz

**3 EL** Hefeflocken

### Für den Teig:

**½ Würfel** frische Hefe (20 g)

**300 g** Mehl

**3 EL** neutrales Öl

**1 TL** Zucker

**½ TL** Salz

### Für den Belag:

**1** Knoblauchzehe

**1 Dose** stückige Tomaten (400 g)

**½ TL** gemahlener Pfeffer

**1** Lorbeerblatt

**1 EL** Sojasauce

**10** schwarze Oliven

**2 EL** Olivenöl

**1/2 TL** Salz

**1 TL** getrockneter Oregano

**50 g** Tofu (natur)

**1** Zwiebel

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Backblech von ca. 30 × 40 cm (4 Portionen) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min  
Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 725 kcal | **Haltbarkeit** gekühlt 2 Tage

## Zubereitung

1. Für den Pizzakäse die Cashewkerne in einer Schüssel mit kaltem Wasser übergießen und zugedeckt ca. 8 Stunden einweichen, am besten über Nacht. In ein Sieb abgießen, kalt abbrausen und mit 300 ml kaltem Wasser in einem Rührbecher mit dem Stabmixer fein pürieren. Salzen und pfeffern, die Hefeflocken unterrühren und nochmals pürieren.
2. Für den Teig die Hefe mit 125 ml lauwarmem Wasser, Zucker und 1 EL Mehl glatt rühren. Zugedeckt ca. 15 Min. ruhen lassen. Restliches Mehl und Salz in einer Schüssel mischen, Öl und Hefemischung dazugeben. Alles mit den Händen 5-10 Min. zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zugedeckt ca. 45 Min. an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
3. Inzwischen für den Belag den Knoblauch schälen, hacken und in 1 EL Öl glasig dünsten. Die Tomaten dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Oregano und Lorbeer würzen. Offen ca. 15 Min. köcheln lassen. Den Tofu klein würfeln und in einer Pfanne in 1 EL Öl anbraten. Mit Sojasauce ablöschen. Die Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden. Den Backofen auf 220° vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

4. Pizzakäse in einem Topf bei schwacher Hitze unter Rühren mit dem Schneebesen erwärmen. Sobald sich Blasen bilden, vom Herd ziehen. Bei Bedarf noch 2-3 EL Wasser unterrühren, sodass eine dickflüssige Masse entsteht.
- 
5. Den Teig nochmals kurz durchkneten und auf dem Backpapier ausrollen. Mit Tomatenmasse bestreichen und mit Zwiebeln, Tofu und Oliven belegen. Den heißen Pizzakäse darauf verteilen. Pizza im Ofen (Mitte; Umluft 200°) in ca. 25 Min. knusprig backen.