

## Mini-Gemüse-Pizzen

### Zutaten für eine Person (Tagesmengen beachten!):

- 1 Aubergine
- 1 Zucchini
- 1 Zwiebel
- ca. 200 ml selbst gemachte Tomatensoße (z.B. aus frischen Tomaten & mediterranen Kräutern)
- Reibekäse (bis 20 %, ab 5. Kurwoche, nach Tagesmenge)
- 1 Packung Cherrytomaten

### Zubereitung:

- Die Zucchini und Aubergine waschen und in Scheiben schneiden.
- Die Aubergine salzen und ca. eine halbe Stunde ruhen lassen, dann die ausgetretene Flüssigkeit abtupfen.
- Zucchini- und Auberginenscheiben auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und im Backofen bei 180 °C Umluft so lange backen, bis sie leicht gebräunt sind.
- Das Blech aus dem Ofen holen, etwas Tomatensoße, gehackte Zwiebeln und Reibekäse auf den Scheiben verteilen.
- Cherrytomaten in dünne Scheiben schneiden und auf den Minipizzen verteilen.

- *Das Blech wieder in den Ofen geben und backen, bis der Käse goldbraun zerlaufen ist.*