



# Vegane Sahnehack-Pizza-Schiffchen

🕒 Vorbereitung: 25 Minuten      👤 Portionen: 4  
Zubereitung: 65 Minuten  
**Total: 90 Minuten**

## Zutaten für 6 Pizza-Schiffchen

### Für den Teig

- 350 g Dinkelmehl (type 630)
- 1 TL Salz
- 1 Päckchen Trockenhefe

### Für die Füllung

- 50 g Zwiebel
- 90 g Räuchertofu
- 70 g geschroteter Grünkern
- 2 TL Kokosöl oder ein anderes Pflanzenöl
- 1/2 Stange Lauch (ca 60-80 g)
- 200 g Seidentofu
- 2 EL bzw. 40 g helles Mandel- oder Cashewmus
- 15 g Hefeflocken
- 1 kl. TL scharfer Senf
- Salz & Pfeffer
- Optional: 3 EL Pflanzendrink zum Bestreichen des Teigs
- Optional: Etwas Olivenöl zum Beträufeln

### Optional: Cashew-Senf-Soße zum Beträufeln

- 1 EL Cashewmes
- 1 TL scharfer Senf
- 1 TL gerebelte Kräuter der Provence
- 1 Prise Salz
- 10 g Hefeflocken
- 100 ml Pflanzendrink + etwas Pflanzendrink zum individuellen Verdünnen

## Zubereitung (45 Minuten Ruhezeit für den Teig + 25 Minuten Arbeitszeit + 18 Minuten Backzeit)

1. 350 g Dinkelmehl in eine Schüssel sieben. Einen gr. TL Salz untermischen und in die Teigmitte eine Vertiefung graben. 220 ml warmes Wasser in die Vertiefung gießen und ein Päckchen Trockenhefe darin auflösen. Flüssigkeit und Mehl vermischen, bis sich der Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche herausnehmen lässt. Den Hefeteig auf der Arbeitsfläche ca. 4 Minuten kräftig durchkneten und bei Bedarf noch etwas Mehl hinzufügen.
2. Den Teig in einer abgedeckten Schüssel an einem warmen Ort 45-60 Minuten gehen lassen.
3. Während der Teig geht, könnt Ihr die Füllung für die Schiffchen zubereiten. Dafür eine kleine Zwiebel abziehen und fein würfeln. 90 g Räuchertofu würfeln. 70 g Grünkernschrot in einem feinen Sieb unter Wasser spülen.
4. In einem Topf 2 TL Pflanzenöl erhitzen und die Zwiebel- und Räuchertofuwürfel darin ca. 2 Minuten kurz anbraten. Grünkernschrot dazu geben, ganz kurz anrösten, 150 ml Wasser aufgießen und rund 5 Minuten köcheln lassen, bis das Wasser vollkommen verdampft und aufgesogen ist. Grünkernschrot anschließend noch etwas quellen lassen.
5. Ofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze (oder 200 Grad Umluft) vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.
6. 60-80 g Lauch waschen und in feine Ringe schneiden. 200 g Seidentofu, 40 g Cashew- oder Mandelmus, 15 g Hefeflocken, einen TL scharfen Senf mit einer großen Prise Salz und Pfeffer im Mixer fein pürieren. Die Füllmasse mit dem vorgekochten Grünkernschrot vermischen. Die fein aufgeschnittenen Lauchringe unterheben und nur einen kleinen Rest Lauchringe zum Garnieren aufbewahren.
7. Den aufgegangenen Hefeteig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche nochmals kräftig durchkneten, in sechs Teile unterteilen und diese zu Kugeln formen. Die Teigkugeln oval ausrollen.

8. Auf jedes Teig-Oval ca. 3 EL Füllung geben, den Teig seitlich einschlagen und die Ende zusammendrehen.
9. Die seitlichen Teigränder einklappen und die Enden leicht in sich verdrehen. Dann die Teigränder mit ein wenig Pflanzendrink bepinseln. So werden die Schiffchen beim Backen schön goldbraun!
10. Gefüllte Pizzaschiffchen bei 220 Grad Ober- und Unterhitze rund 18 Minuten backen, wobei die Backzeit je nach Ofenart und -alter leicht variieren kann. Die Sahnehack-Pizzaschiffchen sind fertig, wenn der Teig knusprig braun ist.
11. Tipp: Auf mein Blech haben jeweils nur 3 Schiffchen gepasst. Daher habe ich zwei Lagen nacheinander gebacken. Die Pizzaschiffchen mit Olivenöl beträufelt heiß servieren.

Wer mag, macht zusätzlich noch eine cremige Cashewsoße zum Beträufeln. Dafür alle für die Soße angegebenen Zutaten in einem Topf erhitzen und miteinander verrühren. Bei Bedarf die Soße mit noch etwas mehr Pflanzendrink strecken, bis die gewünschte Sämigkeit erreicht ist und die cremig-sahnige Soße zusätzlich über die Pizza-Schiffchen träufeln.

Diese veganen Pizza-Schiffchen sind das perfekte Party-Food, eignen sich für jedes Event-Buffet oder einfach für einen gemütlichen Abend, an dem Ihr so richtig gut essen möchtet.

Tipp: Die Pizza-Schiffchen werden super saftig und sind sehr sättigend. Um sie zu essen, empfehle ich, sie in der Mitte durchzuschneiden, so dass man sie am verknoteten Ende einfach in die Hand nehmen und reinbeißen kann.

Ich freue mich auf Euer Feedback. Lasst es Euch schmecken, Eure Lea.