



Low Carb Pizza



Zutaten für 2 Portionen

Für den Boden:

4 Ei(er)

200 g Käse, gerieben

150 g Frischkäse

Für den Belag:

100 g Tomatensauce, gewürzt

100 g Mozzarella, gerieben

n. B. Salami oder Schinken oder weitere Beläge

Zubereitung

Arbeitszeit: ca. 10 Min. / **Koch-/Backzeit:** ca. 40 Min. / **Schwierigkeitsgrad:** simpel

Backofen vorheizen auf 180 °C.

Frischkäse und Eier in einer Schüssel mit Schneebesen zusammenrühren. Danach den geriebenen Käse hinzufügen und gleichmäßig auf dem Backblech verteilen - Backpapier ratsam. Vorsicht, der Teig ist noch relativ flüssig, wird aber nach dem Backen fest.

30 min im Backofen goldbraun backen. Anschließend den Boden mit Tomatensauce, den gewünschten Belägen und Käse belegen. Nochmals ca. 10 min in den Backofen schieben.

Die Low Carb Pizza kommt der echten Pizza sehr nahe und hat nur 9 g Kohlenhydrate.