

Vær så god, vår beste pizzaoppskrift til deg 🍕



<https://www.ark.no/r/ketokokeboken>

Middag

Pizza med pepperoni

2 porsjoner

Pizzabunn

150 g revet mozzarella
1,5 dl vann
3 ss raps- og olivenolje
1 ss eplecidereddik
30 g pofiber
20 g fiberhusk (psyllium)
1 ts bakepulver
0,5 ts salt

Topping

150 g ferdig pizzasaus,
f.eks. Mutti classic
pizzasaus
125 g revet ost
30 g grønn paprika
30 g champignon
75 g pepperoni
20 g sorte oliven
Frisk basilikum

Pizzabunn

1. Sett stekeovnen på over- og undervarme på 200 grader.
2. Bland mozzarella, vann, olje og eplecidereddik i en blender til en jevn masse.
3. Rør sammen de tørre ingrediensene i en bakebolle før du tilsetter væsken fra blenderen. Kna til en fast deig.
4. Kjevle deigen til en tynn bunn mellom to bakepapir. Deigen skal dekke et helt bakebrett. Fjern det øverste bakepapiret og legg bunnen med bakepapir på et bakebrett. Rull opp en liten kant ytterst. Prikk bunnen med en gaffel for å hindre at den blåser seg opp i ovnen.
5. Forstek pizzabunnen på midterste rille i ovnen i ca. 18 minutter.

Topping

1. Skru opp temperaturen i stekeovnen til 220 grader.
2. Smør pizzasaus på bunnen. Strø over revet ost.
3. Skjær paprika i tynne staver og champignon i tynne skiver.
4. Legg paprika, champignon, pepperoni og sorte oliven over osten.
5. Stek på midterste rille i ovnen til osten er gyllen, ca. 10 minutter.
6. Strø over frisk basilikum før servering.

Tidsbruk: 45 minutter | Allergener: Melk, sulfitter

Næringsinnhold regnet for halve pizzaen.

Kalorier: 713 kcal	Karbohydrater: 11,1 g	Protein: 44 g	Fett: 49 g
--------------------	-----------------------	---------------	------------

