

Pizzateig in Lowcarb



Basisrezept von hier

- <https://lowcarb-held.com/low-carb-pizzateig/>
 - low_carb_pizzateig_-_die_perfekte_alternative_-_low_carb_held.pdf

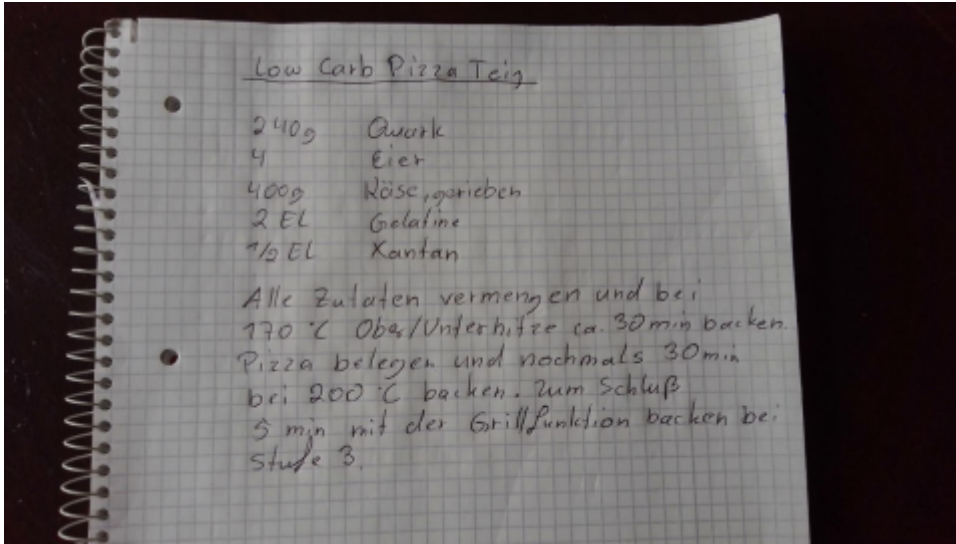
Zutaten

- 60 Gramm Quark (Am besten Magerquark)
- 1 Ei
- 1 Emmentaler (gerieben)

Zubereitung

1. Heize den Backofen auf 170°C vor
2. Lege ein Backblech mit Backpapier aus
3. Rühre den Quark mit dem Ei glatt
4. Streue den Käse dazu und vermenge ihn
5. Würze nun nach Geschmack noch etwas nach
6. Gib die fertige Masse auf das zuvor mit Backpapier ausgelegte Backblech und streiche sie glatt
7. Lasse nun alles circa 15 Minuten lang bei Ober-/Unterhitze backen
8. Den Boden kannst du nun sofort belegen. Bestreibe ihn auch gerne noch mit etwas Tomatenmark.

Helenes verbessertes Rezept



[helene beckesch](#), [lowcarb](#), [pizza](#)

From:

<https://recipes.beckesch.it/> - **Rezeptesammlung von Helene und Ralf Beckesch**

Permanent link:

https://recipes.beckesch.it/rezepte/pizzateig_in_lowcarb

Last update: **2022/07/08 13:27**

