



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Italiensk pizza med kylling, tomat, rødløk og spinat

Italiensk pizza

1 stk rødløk
1 stk tomat
½–1 stk rød chili
200 g skivet kyllingfilet
1 pakke potetkrydder
1–2 stk pizzabunn av fullkorn
½–1 pakke pizzasaus
1 pakke revet ost

Topping

50 g spinat
1 stk tomat

Dressing

½–1 pakke lett urtedressing

bakepapir (kan sløyfes) ^B

^B Basisvare

Roedeporsjon

Pizza med topping: ½ pizza,
Dressing: 1 ss Energiinnhold:
ca. 460 kcal. For deg som
registrerer middagen i
Roedeappen: 1. Søk etter
oppskrift. 2. Legg inn antall
porsjoner (ikke mengde i
gram).

1. Varm opp stekeovnen til 250 grader varmluft med undervarme. Bruk gjerne pizzafunksjonen hvis du har.
2. **Italiensk pizza:** Skrell rødløken. Kutt rødløken og tomaten i skiver. Kutt chilien i tynne skiver. Skjær kyllingen i mindre biter, og bland den sammen med potetkrydderet i en skål.
3. **Italiensk pizza, fortsettelse:** Legg pizzabunnene på stekebrett med bakepapir, og fordel litt av pizzasausen på pizzabunnene. Topp pizzaene med den revne osten, rødløken, kyllingen, ønsket mengde av chilien og halvparten av tomatskivene. Stek pizzaene nederst i stekeovnen i 8–10 minutter, til de er gylne. Bytt plass på brettene underveis i steketiden.
4. **Topping:** Skyll, tørk og kutt spinaten i mindre strimler. Kutt tomaten i terninger. Bland sammen grønnsakene i en skål, og server dem til pizzaen.
5. **Dressing:** Server urtedressing til pizzaen.

TIPS!

Lag en deilig tomat- og spinatpestosaus ved å kjøre tomatene, spinaten, litt parmesan, olje og sitronsaft sammen med en stavmikser. Du kan også lage syltet rødløk til: Skrell og kutt rødløken i skiver. Kok opp ½ dl eddik, 1 dl sukker og 1½ dl vann i en kjele. La rødløken trekke i laken frem til servering.