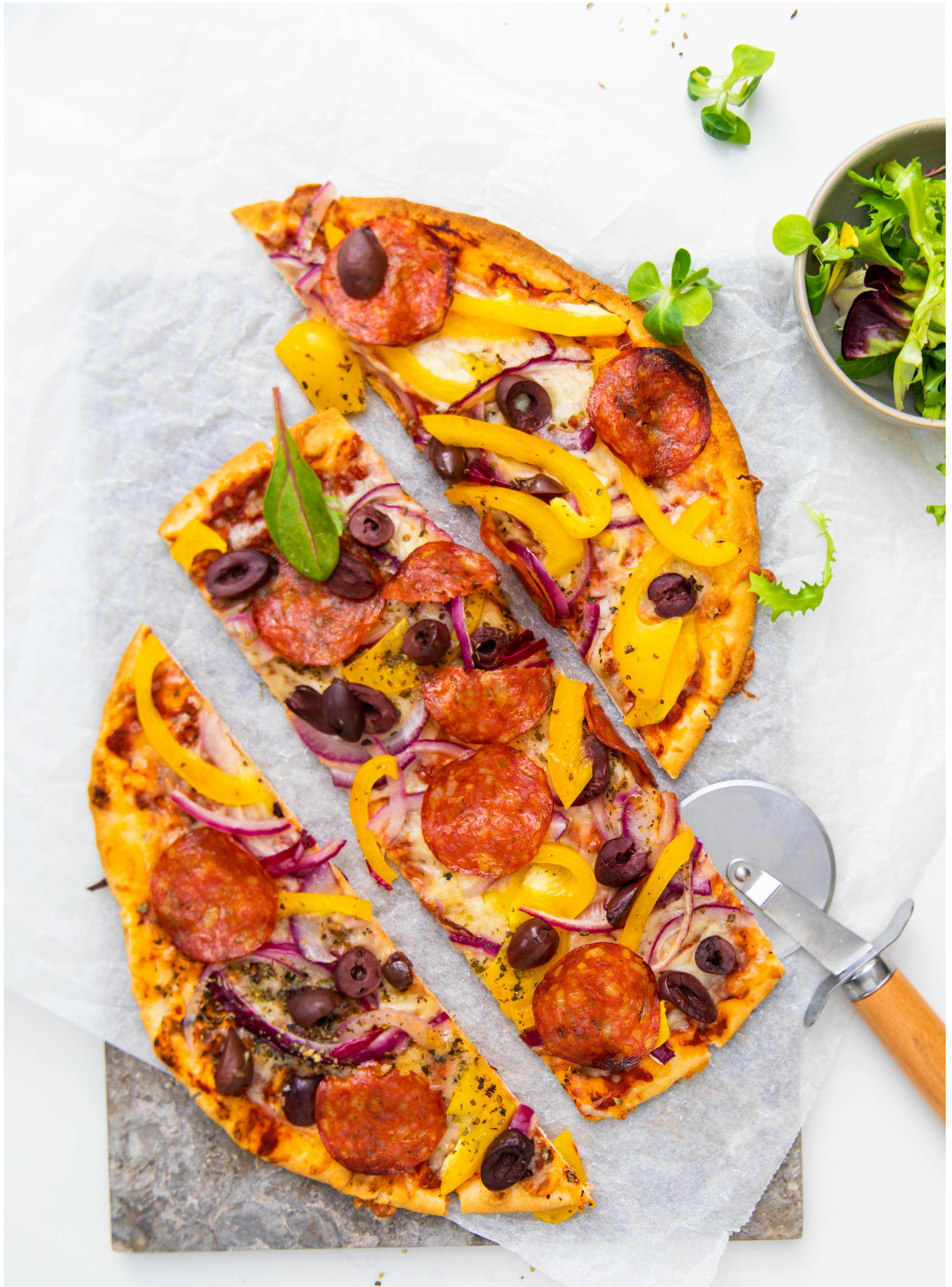




2 PORTIONER



3 DAGES HOLDBARHED



25 - 35 MIN. TILBEREDNING

Fuldkornspizza med chorizo, peberfrugt, rødløg og oliven

Det skal du bruge

400 g pizzadej fuldkorn
½ glas pizza-sauce
100 g revet ost
1 tsk oregano
1 stk rødløg
1 stk peberfrugt gul
70 g chorizo-pølse
25 g oliven
100 g salatmix toscana
1 spsk balsamico lys

Du skal selv have:

Mel, Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Tag dejen ud af køleskabet ½ time før, hvis du har tid. Tænd ovnen på 220° varmluft og lad en bageplade blive varm i ovnen.
- 2 Rul pizzadejen ud på et meldrysset bord og læg den på et stykke bagepapir. Smør pizzaen med pizzasauce og drys med revet ost og tørret oregano.
- 3 Pil rødløg og skær i tynde skiver. Skyl peberfrugt og skær i tynde strimler.
- 4 Afdryp oliven. Fordel rødløg og peberfrugt på pizzabunden og top med chorizo i skiver og oliven. Krydr evt. pizzaen med salt og peber.
- 5 Læg pizzaen over på den varme bageplade og bag i ovnen i ca 12 min. til osten er smeltet, chorizoen er sprød og dejen er gennembagt.
- 6 Hæld salaten op i en skål. Pisk eddike med 1½ spsk olie og lidt salt og peber og vend dressingen rundt i salaten. Skær pizzaen i passende stykker og servér med salaten **TIP:** Du kan også toppe pizzaen med salaten.

Tips:

Dejen bør opbevares ved 2 gr. for at undgå at hævnningen starter. Læg den på køleelementet i køleskabet.

Allergener

Byg, Hvede, Laktose, Mælk, Soja, Svovldioxid

Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.



Næringsværdier

Energi pr. portion: 4.533 kj / 1.083 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt 43,7 g
heraf mættede fedtsyrer 12,9 g

Kulhydrat 126,9 g
heraf sukkerarter 18,3 g

Protein 45,6 g

Salt 5,1 g

Kostfibre 16,4 g