



2 PORTIONER



3 DAGES HOLDBARHED



20 - 30 MIN. TILBEREDNING

Svampepizza med gorgonzola og fennikelsalat

Det skal du bruge

- 400 g pizzadej fuldkorn
- ½ stk løg
- 75 g østershatte
- 125 g champignoner
- 80 g gorgonzola
- ½ dl græsk yoghurt
- 1 tsk oregano
- ½ stk hvidløg solo
- ½ stk citron
- ½ stk fennikel
- ½ stk æble

Du skal selv have:

Mel, Olivenolie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen på 225° varmluft og lad pladerne blive varme i ovnen. Del dejen i 2 eller lav 1 stor pizza. Rul pizzadejen ud på et meldrysset bord og læg den færdige bund på et stykke bagepapir.
- 2 Skær løg og svampe i skiver. Varm lidt olivenolie op i en pande og steg løg, svampe og presset hvidløg ved høj varme i 2-3 min. Krydr med salt og peber.
- 3 Fordel græsk yoghurt på bundene og herefter de stegte svampe, løg og gorgonzola i små stykker. Træk pizzaen over på de varme bageplader og bag dem i 12-15 min. til osten er smeltet og bunden gennembagt.
- 4 Skyl citron, fennikel og æble. Riv skallen af ½ citron fint. Skær ½ fennikel i tynde skiver **TIP:** Brug evt. et mandolinjern. Skær ½ æble i tern uden kernehuset. Bland æble og fennikel i en skål med citronskal og -saft, ½ tsk olivenolie, salt og peber.
- 5 Drys den nybagte pizza med oregano og servér med fennikelsalaten.

Tips:

Tag dejen ud af køleskabet ca. ½ time før, hvis du har tid.

Allergener

Byg, Hvede, Laktose, Mælk

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:	3.396 kj / 812 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	19,7 g
heraf mættede fedtsyrer	10,0 g
Kulhydrat	124,6 g
heraf sukkerarter	16,4 g
Protein	33,9 g
Salt	4,1 g
Kostfibre	17,1 g