



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



20 - 30 MIN. TILBEREDNING

Vegetarpizza med to typer ost, grønkål og syltet rødløg

Det skal du bruge

2 stk pizzabunde
1 stk rødløg
1 pose hvidvinseddike
125 g champignoner
1 spsk sojasauce
½ pose persillade
75 g snittet grønkål
1 pakke tomatsalsa
50 g revet ost
1 pakke tanelli ost
1 stk tomat
50 g rucola salat

Du skal selv have:

Olie, Olivenolie, Peber, Salt, Sukker

Fremgangsmåde

- 1** Tænd ovnen og varm op til 230°C (Varmluft). Placer hver pizzabund på bagepapir på en bageplade.
- 2** **Syltet rødløg:** Pil og skær løget i skiver. Kog eddike, 1½ spsk sukker og ¾ dl vand op i en lille gryde. Tag gryden af varmen og vend løget i. Lad det trække indtil servering.
- 3** **Grøntsager:** Rens svampene og skær dem i skiver. Varm en stegepande op til middelhøj varme og tilsæt lidt olie. Steg svampene i 4 min. til de er let gyldne. Tilsæt sojasauce og krydr med lidt salt og peber. Bland persillade med ½ spsk olivenolie og vend det sammen med grønkålen i en skål.
- 4** **Pizza:** Smør et tyndt lag tomatsauce jævnt på hver bund og drys med revet ost. Skær Tanelli ost i tynde skiver og fordel på bundene. Top med grønkål og stegte svampe. Bag pizzaerne ca. 7-8 min. til de er sprøde og har fået noget farve. Byt om på pladerne halvvejs igennem.
- 5** **Tomatsalat:** Skyl og skær tomaterne i tern. Skyl og tør rucola. Bland det sammen i en skål.
- 6** **Servering:** Top de færdigbagte pizzaer med syltede rødløg og servér med tomatsalat til.

Allergener

Gluten, 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: 3.737 kJ / 893 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt 19,7 g
heraf mættede fedtsyrer 6,0 g

Kulhydrat 138,8 g
heraf sukkerarter 20,3 g

Protein 40,1 g

Salt 4,7 g

Kostfibre 17,6 g