



Minipizzen aus der Heißluftfritteuse

Zeit gesamt
🕒 50min

Zubereitungszeit
🕒 20min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|----------------------------|-------|
| Zucchini | 1 St. |
| Paprika, grün | 1 St. |
| Champignons, weiß | 40 g |
| Mozzarella | 1 St. |
| Pizzateig mit Tomatensauce | 1 St. |
| Basilikum, frisch | 10 g |
| Olivenöl | 2 EL |
| Pfeffer, schwarz | |

Zubereitung



Küchenutensilien

Sieb, Küchenkrepp, Heißluftfritteuse

1. Zucchini waschen, Enden entfernen, Zucchini in Scheiben schneiden. Paprika waschen, Deckel abschneiden. Paprika entkernen und in Ringe schneiden. Champignons mit Küchenpapier abreiben und in Scheiben schneiden. Mozzarella abtropfen lassen, halbieren, in dünne Scheiben schneiden. Ein Stück Backpapier in Frittierkorbgröße zuschneiden und in den Korb legen.
2. Pizzateig auf dem Backpapier in 4 Stücke schneiden und mit einer Gabel mehrfach einstechen. Ein Stück Teig abziehen. Frittierkorb mit dem Teigstück befüllen. Bei 180 °C 5 Min. vorbacken, dann umdrehen. Nacheinander je ein Viertel Tomatensauce, Gemüse und Mozzarella daraufgeben und mit etwas Olivenöl beträufeln. Bei 180 °C 5 Min. backen. Mit Pfeffer bestreuen und mit Basilikumblättern garnieren.
3. Übrigen Teig und restliche Zutaten auf die gleiche Weise zu Minipizzen verarbeiten.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 432 kcal |
| Kohlenhydrate | 55 g |
| Eiweiß | 18 g |
| Ballaststoffe | 2 g |
| Fette | 16 g |