



# Pizza-Muffins

Zeit gesamt  
🕒 30min

Zubereitungszeit  
🕒 10min

Schwierigkeit  
👩‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Paprika, gelb	1 St.
Champignons, braun	150 g
Pizzateig mit Tomatensauce	1 St.
Kochschinken	100 g
Gouda, gerieben	150 g

## Zubereitung

1. Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und würfeln. Pilze ggf. mit Küchenkrepp säubern und in Scheiben schneiden.
2. Pizzateig abrollen und mit Tomatensauce bestreichen. Mit Schinken, Paprika und Pilzen belegen und mit Käse bestreuen. Pizza von der langen Seite eng aufrollen und Pizzateig in 12 Schnecken schneiden.
3. Pizzastücke in ein gefettetes Muffinblech verteilen und im Ofen ca. 20 Min. backen. Pizza-Muffins lauwarm oder kalt servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Bei der Füllung der Pizza-Muffins sind keine Grenzen gesetzt. Verwende zum Beispiel auch: Salami, Spinat, Mozzarella oder einfach die Zutaten deiner Lieblingspizza.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	458 kcal
Kohlenhydrate	53 g
Eiweiß	25 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	16 g