

5 ingrediënten Voorraad artikelen zoals *water, bak- en braadmiddelen, peper en zout*, tellen niet mee aan de 5 ingrediëntenlijst, die heb je altijd al in huis!



of minder...

2 PERSONEN

⌚ 20 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  2 courgettes
-  100 g speltbloem
-  3 eieren
-  70 g tomatensaus
-  50 g Parmezaanse kaas

MATERIAAL: rasp, 2 bakplaten met bakpapier

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Rasp de courgette en doe in een theedoek.
3. Vouw de theedoek dicht en knijp zoveel mogelijk vocht uit de courgette.
4. Meng de courgette met de speltbloem, 1 ei en een flinke snuf peper en zout.
5. Kneed goed door en maak hier 2 bollen van.
6. Bekleed 2 ovenplaten met bakpapier en druk beide bolletjes uit op een aparte plaat, zodat je een pizzabodem krijgt.
7. Bak 4 minuten in de oven.
8. Verdeel nu de tomatensaus over de bodems.
9. Maak vervolgens een kuiltje in het midden van de pizza's en breek in elk kuiltje 1 ei.
10. Rasp de helft van de Parmezaanse kaas hier overheen en zet nog 10 minuten in de oven.
11. Bestrooi de pizza's voor het serveren met de rest van de kaas.

Eet smakelijk!

BRON: chickslovefood.com

