

Paleo Pizza

PALEO PIZZA

För 2-3 personer

2,5 dl tapiocastärkelse/mjöl

1,5 dl kokosmjöl

1 tsk himalayasalt/havssalt

1 dl olivolja

1 dl varmt vatten

1 st uppvispat ägg

FÖRSLAG PÅ TOPPING

ALT. 1

tomatsås

champinjoner

bacon

rödlök

banan

curry

Om man inte önskar äta bacon kan man med fördel toppa med god Parmaskinka efter gräddning.

ALT. 2

tomatsås

grillad kyckling*

mango chutney*

rödlök

banan

*Recepten på Ugnsgillad kyckling och Mango Chutney finns att hitta här i Paleoskafferiet.

ALT. 3

tomatsås

champinjoner

Paleo Pizza

ananas

rödlök

banan

curry

Som ni kanske märker så älskar vi banan och curry på våra pizzor... Detta kan man givetvis utesluta och kanske krydda

HUSGERÅD

Kastrull

Bunke

Elvisp

Kavel

Paleo Pizza

Paleo Pizza

Så här gör du

- Sätt ugnen på 175 grader
- Häll upp och värm vatten på spisen
- Mät upp tapiocastärkelse/mjöl, kokosmjöl och salt i en bunke och rör om
- Mät upp olivolja och det varma vattnet och häll ner i bunken
- Vispa samman snabbt med hjälp av elvispen
- Vispa upp ägget lätt och häll ner även detta
- Vispa samman till en deg
- Jobba ihop degen till en boll

[Pizza3](#) found or type unknown

- Kavla ut degen mellan två bakplåtspapper till önskad form
- Dra bort det övre bakplåtspappret
- Rulla/vik in kanten runt din pizza

[Pizza2](#) found or type unknown

[Pizza4](#) found or type unknown

- Grädda i ugnen i 20 minuter tills kanten på pizzan börjar bli lite gyllen

Medans Pizzabotten förgräddas i ugnen förbereder du tomatsåsen och de övriga ingredienserna som du vill ha på din pizza, här sätter bara fantasin stopp för vad du kan toppa den med.

Eftersom vi inte använder ost på vår pizza, då mejerivaror inte ingår i en paleokost, så brukar vi göra en större mängd tomatsås. Vi brukar använda en bas på ca 300g finkrossande tomater som vi sedan smaksätter på många olika och goda sätt.

- När pizzabotten är färdig gräddad tar du ut den och höjer värmen på ugnen till 200 grader

[Pizza1](#) found or type unknown

- Bred på din tomatsås och önskade ingredienser och kryddor som du önskar på din pizza

[Pizza5](#) found or type unknown

- Grädda ytterligare i 10 minuter

[Pizza](#) not found or type unknown

Ät och Njut tillsammans med en härlig sallad!

Inspiration till receptet har vi hittat hos Lea som driver bloggen [Paleo Spirit](#). Vi har gjort om måtten lite för att det ska passa svenska mått bättre och vi kan bara säga Wow!! Så gott!!!

Ett annat gott alternativ när man blir sugen på pizza är att göra en [Meatzapizza](#).

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

Paleo Pizza

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore \[shoppingcarticon\]](#)