

Frei von Gluten, voll im Geschmack: Süßkartoffel-Pizza mit Hackfleisch

VORBEREITEN

30
Min.

ZUBEREITEN

40
Min.

NIVEAU



Zutaten für 1 Backblech

Für den Boden

6 Süßkartoffeln
Olivenöl
1 Knoblauchzehe
1/2 Teelöffel Paprikapulver
Salz, Pfeffer

Für den Belag

1/2 rote Zwiebel
1 rote Paprika
100 g Brokkoli
300 g Hackfleisch
Oregano
125 ml Tomatensauce
350 g geriebener Mozzarella
Salz, Pfeffer

Lust auf Pizza? Aber du verträgst kein Gluten? Dann streiche das Mehl von deiner Einkaufsliste und setze dafür Süßkartoffeln drauf! So zauberst du dir einen köstlichen Boden, den du nach Herzenslust belegen kannst. Schmeckt nicht nur unglaublich gut, tut auch unglaublich gut!

Alles Wissenswerte rund um die geniale süße Knolle, von Herkunft über Nährwerte bis Zubereitung gibt es hier:

- 1 -

Backofen auf 220 °C vorheizen. Backblech mit Öl ausstreichen.

- 2 -

Süßkartoffeln waschen und abtupfen. Enden abschneiden und länglich in ca. 0,5 mm dünne Scheiben schneiden. Mit Olivenöl, Knoblauch, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen. Auf das Backblech geben und dicht an dicht verteilen.

- 3 -

Paprika in Streifen schneiden. Brokkoli in Röschen teilen und halbieren. Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Gemüse auf dem Süßkartoffelboden verteilen und mit Salz und Pfeffer würzen. Im heißen Ofen 30 Minuten backen.

- 4 -

Hackfleisch mit Oregano, Salz und Pfeffer scharf anbraten, beiseitestellen.

- 5 -

Pizza mit 200 g Mozzarella bestreuen. Tomatensauce und Hackfleisch darauf verteilen und mit restlichem Mozzarella bedecken. Im heißen Ofen erneut 8-10 Minuten backen, bis der Käse geschmolzen ist.