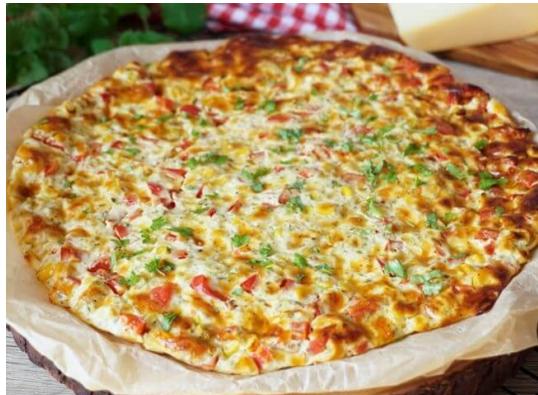


## Low Carb Schüttelpizza

### Zutaten für 3 Portionen

- 250 g Magerquark (oder Skyr)
- 150 g Paprika
- 50 g Mais
- 30 g Lauchzwiebeln
- 150 g geriebener Käse (z.B. Gouda )
- 3 Eier
- 1 EL Oregano
- ½ TL Salz
- Pfeffer



<b>Arbeitszeit:</b>	ca. 5 Minuten
<b>Kochzeit/Backzeit:</b>	ca. 35 Minuten
<b>Gesamtzeit aktiv:</b>	ca. 40 Minuten

### So machst du die Schüttelpizza selber

1. Wasche die Paprika und die Lauchzwiebeln.
2. Schneide die Paprika in kleine Würfel und die Lauchzwiebeln in Ringe.
3. Gib nun alle Zutaten in eine Schüssel mit Deckel und schüttel sie kräftig durch.
4. Heize den Backofen auf 200 Grad Ober/Unterhitze vor.
5. Belege ein Backblech mit Backpapier.
6. Streiche den Pizzateig kreisförmig auf das Backblech.
7. Backe die Pizza anschließend für 35 Minuten im Ofen goldgelb.

Du hast danach Lust auf etwas Süßes? Dann probier unbedingt meinen blitzschnellen [Low Carb Käsekuchen!](#)

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

