



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Fullkornspizza med skjørost, sprø grønnkål, sopp, og syltet rødløk

## Syltet rødløk

1 stk rødløk  
2 poser hvitvinseddik  
3 ss sukker <sup>B</sup>  
1½ dl vann <sup>B</sup>

## Pizza

200 g sjampinjong  
100 g grønnkål  
1 pakke persillade  
1-2 stk pizzabunn av fullkorn  
½-1 pakke tomatsaus  
½ pakke skjørost  
½ pakke revet Grande Premium  
½-1 pose glutenfri soyasaus  
½ ss olje <sup>B</sup>  
½ ss olivenolje <sup>B</sup>

## Tomatsalat

2 stk tomater  
60 g ruccola

bakepapir (kan sløyfes) <sup>B</sup>  
salt <sup>B</sup>  
pepper <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

## Roedeporsjon

Pizza: ½ stk Salat: 75 g  
Energiinnhold: ca. 490 kcal.

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft. Bruk gjerne pizzafunksjonen, hvis dere har.
2. **Syltet rødløk:** Skrell og kutt løken i tynne skiver. Kok opp eddiken, 3 ss sukker og 1½ dl vann i en liten kjele. Ta kjelen av varmen og vend inn løken. La løken trekke i laken frem til servering.
3. **Pizza:** Børst soppen fri for jord, og kutt den i skiver. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek soppen i omtrent 4 minutter, til den er litt gyllen. Ha i soyasausen og krydre med litt pepper. Bland sammen grønnkålen, ½ ss olivenolje, persilladen og litt salt i en skål.
4. **Pizza, fortsettelse:** Legg pizzabunnene på stekebrett med bakepapir. Spre tomatsausen jevnt utover pizzabunnene, og fordel skjørosten og Grande Premium-osten oppå. Topp med den marinerte grønnkålen og den stekte soppen. Stek pizzaene nederst i stekeovnen i 8-10 minutter, til osten er gyllen (se tips).
5. **Tomatsalat:** Skyll og kutt tomatene i terninger. Skyll og tørk ruccolaen. Bland sammen tomatene, ruccolaen, litt av sylteløken fra punkt 2, og litt salt og pepper i en skål.
6. **Servering:** Topp de ferdigstekte pizzaene med den syltede rødløken og tomatsalaten.

## TIPS!

Bytt plass på stekebrettene underveis i steketiden hvis du steker flere pizzaer samtidig. På den måten får alle pizzaene både over- og undervarme, og dermed et likere resultat.