Pizza z pomidorami

Pizza może wspaniale smakować, nawet jeśli do jej przygotowania używa się prostych dodatków, jak pomidory i ser mozzarella. Gotowe ciasto na pizzę umożliwia podanie jej na stół zaledwie w pół godziny.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

30 minut

LICZBA PORCJI:

8

SKŁADNIKI:

300 g gotowego ciasta na pizzę
2 ząbki czosnku, posiekane
1/2 łyżeczki suszonego oregano
125 g chudego sera mozzarella, tartego
1 pomidor, pokrojony w plasterki

PRZYGOTOWANIE:

1) Wyłożyć ciastem blachę. Piec 6–8 minut w temperaturze 220°C. Posypać czosnkiem, oregano i połową sera.

2) Położyć na ser plasterki pomidorów. Posypać resztą sera.

Piec jeszcze 6–8 minut.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 132 kcal, 4 g tłuszczów (w tym 1 g NKT), 8 mg cholesterolu, 303 mg sodu, 18 g węglowodanów, 1 g błonnika, 7 g białka

Źródło zdjęcia: Adobe Stock