

Piccolinis

Zutaten | 10 Stück

105 g	Dinkelmehl, Typ 630
125 g	Skyr
5 g	Backpulver
etwas	Salz
40 g	passierte Tomaten
30 g	geriebener Käse
Belag nach Wahl	z. B. Hähnchenbrust, Salami
3	Pizzagewürz

Zubereitungszeit: 15 Minuten, Backzeit: 10 Min.

Zubereitung:

- Backofen auf 200 Grad Heißluft vorheizen und das Backblech mit Backpapier auslegen.
- Dinkelmehl, Skyr, Backpulver und Salz zu einem Teig verarbeiten..
- Den Teig in 10 Portionen teilen und zu kugeln Formen und plattdrücken.
- Die Teigfladen mit passierten Tomaten, Belag nach Wahl, Pizzagewürz und Reibekäse belegen.
- Im vorgheizten Ofen ca. 10 Min. backen.

Tipp:

Dazu passt ein Salsa-Dip mit Crème fraîche.
(1 Becher Crème Fraîche + 1/2 Flasche Texikana Salsa)

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren.
Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100 g (Piccolinis ohne Belag nach Wahl)::

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
181 kcal	3,1 g	26,5 g	10,9 g	131 mg