Low Carb Zucchini Pizza

Zutaten für 1 große Pizza:

Für den Pizzateig:

- 2 kleine Zucchini (ca. 300 g)
- 50 g Mozzarella
- 50 g geriebener Parmesan
- 1 Ei (Größe M)
- ¼ TL Salz

Für den Belag:

- 4 EL Tomatensoße (sollte nicht zu flüssig sein)
- Gemüse zum Belegen nach Belieben
  (Champignons, Tomaten, Paprika, Oliven, Spinat)
- 80 g geriebener Gouda
- 2 TL Kräuter der Provence
- Frisches Basilikum und Rucola (erst nach dem Backen auf die Pizza geben)
- ¼ TL Salz, Pfeffer, etw. Chili

Zubereitung:

1. Die Zucchini waschen und raspeln. In ein Küchensieb geben, mit etwas Salz bestreuen und 10 Minuten ziehen lassen, sodass das Wasser entzogen wird. Den Backofen auf 200 °C Ober-Unterhitze vorheizen.
2. Die Zucchini kurz abspülen und sehr gut ausdrücken. Mozzarella in kleine Würfel schneiden. Alles in eine Schüssel geben. Den Parmesan hinzufügen, sowie das verquirlte Ei und Salz. Alles gut vermengen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech ausbreiten.
3. Pizzaboden ca. 20 Minuten vorbacken. In der Zwischenzeit, das Gemüse für den Belag waschen und in gleichgroße Stücke schneiden.
   Nach 20 Minuten die Zucchini-Käse-Masse auf ein anderes Backblech stürzen und das ursprüngliche Bachpapier abziehen.
4. Tomatensoße (am besten selbst gemacht) gut abschmecken, auf die Pizza streichen und danach mit dem Gemüse und dem geriebenen Gouda belegen und gut würzen.
   Die Pizza nochmals für ca. 15 Minuten bei 200 ° C backen.
5. Zum Schluss frische Kräuter und Rucola auf die Pizza verteilen.

Guten Appetit.