



[www.landmetzgerei.de](http://www.landmetzgerei.de)

## Low Carb Pizza

### Pizzaboden aus Thunfisch

#### Zutaten für vier Portionen:

3 Dosen  
Thunfisch, im eigenen Saft  
6 Eier  
4 Scheiben  
Kochschinken  
160 g geriebener Käse nach Belieben  
Salz  
Tomatensauce  
Oregano  
Pfeffer

#### Zubereitung:

Zwei Eier in einer Schüssel gut verrühren. Thunfisch abtropfen lassen und zu den Eiern hinzu geben und gut durchkneten. Den Thunfisch auf ein Backblech mit Backpapier geben und eine runde Form formen. Der Boden sollte so 0,4 - 0,6 cm dick sein. Den Thunfisch im vorgeheizten Backofen für 10-15 Min bei 180° backen.

Nach den 10-15 Minuten den Pizzaboden aus dem Ofen nehmen und mit Tomatensoße bestreichen und mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen. Schinkenscheiben klein reißen und die Pizza belegen. Die Pizza mit Käse bestreuen. Ei aufschlagen und auf die Pizza geben.

Danach die Pizza wieder in den Ofen geben und ca. 20 Min backen bis das Ei durch ist und der Käse eine schöne goldene Farbe hat.

Die Pizza kann je nach Geschmack belegt werden.