

Bio Kamutpizza

Kamutpizza

-ergibt 2 x große Pizzen a 250 gr-
500 g Pizzamehl
Sie fügen hinzu:
20 g Hefe
2 Eßl. Olivenöl
ca. 340 g Wasser (lauwarm)

Alle Zutaten in eine Schale geben und zu einem glatten Teig kneten. Den Teig mit einem Tuch abdecken und ca. 60 Min. an einem warmen Ort ruhen lassen. Danach den Teig rund formen und nochmals ca. 30 Min. ruhen lassen. Ein Backblech mit Olivenöl gut fetten und den Teig auf dem Blech flachdrücken bis das Blech komplett mit Teig bedeckt ist. Alternativ 2 Pizzen formen. Danach mit Pizzasauce bestreichen und wie gewünscht belegen.

Zutaten:

Kamutmehl,
Meersalz

Mehle und Teige sind nicht zum Rohverzehr bestimmt und müssen stets gut durcherhitzt werden.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1380 kj
Brennwert kcal	326 kcal
Fett	2,2 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g
Kohlenhydrate	59,3 g
davon Zucker	8,2 g
Ballaststoffe	12 g
Eiweiß	15,0 g
Salz	2,1 g

Biomühle-Eiling GmbH

USt-IdNr.: DE 270546051,

Öko-Kontrollstelle: DE-ÖKO-005