

Leinmehl-Kokosmehl- Pizzaboden

Zutaten für 1 Pizza:

- 5 g Chiasamen
- 30 g Leinmehl
- 15 g Kokosmehl
- 75 g heißes Wasser
- etwas Salz

Zubereitung:

Die Zutaten in eine Schüssel geben, zuletzt das Wasser. Alles gut miteinander verrühren und 15 Minuten ruhen lassen. Den Backofen (Ober-/ Unterhitze) auf 175 Grad vorheizen. Den Teig sehr dünn ausrollen (am besten zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie). Den Boden 8 Minuten auf der mittleren Schiene vorbacken. Herausnehmen und nachbelieben belegen, den Ofen auf 220 Grad hochdrehen. Die Teigplatte weitere 8 - 10 Minuten auf der mittleren Schiene fertig backen.