



PAUL'S LOW CARB PIZZA

ZUTATEN

3 Eier
1 Zwiebel
1 Tomate
Salamischeiben nach Belieben
100 g geriebenen Käse
(z. B. Edamer oder Gouda)
Butter
frische kleingehackte Kräuter
oder Tiefkühl-Kräuter
Salz und Pfeffer
Oregano zum Bestreuen
Pfanne mit Deckel

SO GEHTS

Wichtig: Damit die Low Carb Pizza gelingt, sollten alle Zutaten Zimmertemperatur haben, vor allem der Käse!

Verquirl die Eier und würze sie nach Lust und Laune mit Salz, Pfeffer und Kräutern. Lass die Butter in der Pfanne schmelzen, stelle den Herd auf mittlere Temperatur ein und gib die Eiemischung in die Pfanne. Jetzt sofort mit Zwiebel, Tomate und Salamischeiben belegen und den Käse drüberstreuen. Dann stülps Du den Pfannendeckel über das Ganze und lässt die „Pizza“ ca. acht Minuten garen, bis der Käse schön zerlaufen ist. Zum Schluss streust Du noch Oregano drüber – fertig!

Variante: Natürlich kannst Du die Pizza auch mit anderen Zutaten belegen, Deinem Geschmack und Deiner Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt!