VEGETARISK

Pizza på blomkålsbotten med zucchini, champinjoner & oliver

Kock: **Vin & Matguiden** Tid: **60 min** Portioner: **4**

Systrarna Eisenman gästar oss med recept från sin kokbok Till bords med systrarna Eisenman. Den här gången med smarrig pizza på blomkålsbotten.

Monica och Lisa älskar den här pizzan med blomkålsbotten även om de inte är vegetarianer, glutenintoleranta eller äter LCHF-kost! Pizzan är toppad med grönsaker och med en botten gjord på blomkål i stället för klassisk pizzadeg. Den är dock inte lika ?stadig" som en vanlig pizza och går därför inte att äta på klasiskt amerikanskt vis med händerna. Här är det kniv och gaffel som gäller!
Dryckestips: Det finns en anledning till att ?pizza och öl" är ett begrepp … så välj en öl alltså! De två stora öljättarna i Italien heter Peroni och Birra Moretti.
foto: Ulrika Ekblom

60

INGREDIENSER

Pizzabotten
600 g blomkål
2 msk olivolja
2 påsar mozzarella à 125 g
100 g parmesan
2 vitlöksklyftor, pressade
2 ägg
2 tsk torkad basilika
2 tsk torkad oregano
0.5 tsk salt
0.5 tsk svartpeppar

Fyllning
0.5 rödlök
1 vitlöksklyfta
150 g grön zucchini
150 g gul zucchini
200 g champinjoner
2 påsar mozzarella à 125 g
1 msk olivolja
1.5 dl svarta oliver, urkärnade
salt och peppar

GÖR SÅ HÄR

1. Värm ugnen till 200 grader. Lägg ett bakplåtspapper på en plåt.

2. Bryt blomkålen i buketter och mixa i matberedare tills de är finhackade eller riv blomkålen på rivjärn. Riv mozzarellan i små strimlor. Riv parmesanosten. Fräs blomkål och vitlök i olja i en stekpanna i cirka 5 minuter. Låt svalna något.

3. Vispa äggen lätt. Blanda dem väl med blomkål, mozzarella, parmesan och kryddor. Bred ut blandningen, cirka 0,5 cm tjockt, på bakplåtspappret. Grädda i mitten av ugnen i cirka 15 minuter eller tills blomkålen börjar få lite färg.

4. Medan botten är i ugnen, skala och skär rödlöken i grova bitar. Skala och finhacka vitlöken. Skär zucchinin i halvmånar och champinjonerna i klyftor. Riv mozzarellan till fyllningen i mindre bitar.

5. Fräs lök och vitlök i olja tills löken är glansig. Tillsätt zucchini och svamp och fräs i ytterligare några minuter tills zucchinin börjar mjukna och få lite färg. Smaka av med salt och peppar.

6. Ta ut blomkålsbottnen ur ugnen och täck den med tomatsås, mozzarella, svamp- och grönsaksröra och oliver. Ställ tillbaka plåten i ugnen och grädda i ytterligare cirka 10 minuter. Garnera med färsk basilika och servera direkt.