Köstliches Keto Pizzabrot – Blitzrezept

Rezept von Bumblebee im Ketoland

Gang: **Brot und Brötchen, Fingerfood, Snacks**Schwierigkeit: **einfach**

Portionen	Zubereitungszeit	Backzeit
12 Portionen	5 Minuten	20 Minuten

Low Carb vom Feinsten! Das wohl köstlichste ketogene Pizzabrot, das du je gegessen hast! **Blitzrezept mit Gelinggarantie und rekordverdächtigen Carbs: Nur 1,3g KH pro Stück (Portion)** bei 12 Portionen gesamt.
Das Pizzabrot schmeckt sowohl warm als auch kalt genossen hervorragend.

Zutaten

Für den Teig:

- 120g Mandelmehl (nicht entölt!)
- 5g Johannisbrotkernmehl
- 10g Goldleinmehl entölt (meines ist von DM Bio)
- 25g Proteinpulver neutral (ich verwende Viptamin)

- 6g Salz
- 1 EL Olivenöl
- 350ml Mineralwasser prickelnd
- 250g Mozzarella gerieben (Bitte das Fertigprodukt verwenden! Frischer, selbst geriebener Mozzarella ist zu feucht!)

Zum Bestreuen:

- Oregano und Thymian nach Geschmack

Zubereitung

Backofen auf 200°C HEISSLUFT (UMLUFT) vorheizen.
Backblech mit Backpapier belegen.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen oder Esslöffel kurz zu einem homogenen Teig verrühen. Der Teig ist relativ flüssig.

Teig nun auf das Backblech kippen und gleichmäßig & möglichst dünn verstreichen. Mit Oregano und ggf. Thymian bestreuen.

Im Backofen auf mittlerer Schiene 12 Minuten vorbacken, dann das Pizzabrot mitsamt dem Backpapier vom Blech nehmen und am Backofengitter (Rost) weitere 10 bis 12 Minuten fertigbacken.
Aus dem Ofen nehmen, portionieren und genießen.