



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie bequem im Shop bestellen.

**GEFRO GmbH & Co. KG**  
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0  
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: [info@gefro.de](mailto:info@gefro.de)

## Einkaufszettel

### Thunfischpizza mit Kirschtomaten und schwarzen Oliven

- 3 EL GEFRO Natives Olivenöl Extra
- GEFRO BIO Würzmischung »Africa Style«
- 2 TL GEFRO BIO Würzmischung »Bella Italia«
- 100 ml passierte Tomaten
- 400 g Fertig-Pizzateig, Rolle
- 100 g Mozzarella, gerieben
- 300 g Kirschtomaten
- 150 g Thunfisch in Wasserlake, abgetropft
- 10 schwarze Oliven, entsteint und halbiert

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter [www.gefro.de](http://www.gefro.de)

## Thunfischpizza mit Kirschtomaten und schwarzen Oliven

Rezept für 4 Personen  
Zubereitung ca. 30 Minuten

### Nährwerte pro Portion:

25,5 g Fett	38,2 g Kohlenhydrate	15,4 g Eiweiß	3,5 g Ballaststoffe	445 kcal Brennwert
-------------	----------------------	---------------	---------------------	--------------------

**Thunfischpizza mit Kirschtomaten und schwarzen Oliven** Den Backofen auf 200°C vorheizen. 100 ml passierte Tomaten, 3 EL GEFRO Natives Olivenöl Extra und 2 TL GEFRO BIO Würzmischung »Bella Italia« verrühren.

400 g Fertig-Pizzateig auf einem Backblech ausbreiten und die Tomatensoße darauf verteilen. Mit 100 g geriebenem Mozzarella bestreuen. 300 g Kirschtomaten halbieren und auf der Pizza verteilen. Die Pizza für ca. 10 - 15 Minuten im Ofen backen.

Die Pizza aus dem Ofen nehmen und mit 150 g Thunfisch in Wasserlake, abgetropft und 10 schwarzen, entsteinten und halbierten Oliven belegen. In Stücke schneiden und sofort servieren.

**Tipp:** Für eine etwas exotische Pizzavariante verwenden Sie GEFRO BIO Würzmischung »Africa Style«. Belegen Sie die Pizza dann mit Paprika, Mais und leicht angebratenem Hackfleisch.