



Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du 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

Einkaufszettel

Vegetarische Pizzaschnecken

- 100 g GEFRO Sauce Bolognese
- 300 ml Wasser
- 100 g Parmesan, frisch gerieben
- 1 Packung Pizzateig, à 300 g, aus dem Kühlregal

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Vegetarische Pizzaschnecken

Rezept für 12 Personen**Zubereitung ca. 25 Minuten****Nährwerte pro Portion:**

6 g Fett 11,2 g Kohlenhydrate 6,4 g Eiweiß 1,2 g Ballaststoffe 136 kcal Brennwert

1 Ofen vorbereiten:

Den Backofen auf 180 °C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

2 Soße kochen:

300 ml kaltes Wasser in einen Topf geben, 100 g GEFRO Sauce Bolognese einrühren und unter ständigem Rühren aufkochen. Etwa 3 Minuten köcheln lassen, dann abkühlen lassen.

3 Pizzateig füllen:

Den Pizzateig ausrollen und der Fläche mit der abgekühlten Bolognesesoße bestreichen. Die Hälfte des Parmesans darüberstreuen und den Teig von der Soßenseite her eng aufrollen.

4 Schnecken formen & backen:

Die Rolle in etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden und die Schnecken auf das vorbereitete Backblech setzen. Mit dem restlichen Parmesan bestreuen und ca. 20-25 Minuten goldbraun backen.

5 Servieren:

Die Pizzaschnecken warm oder kalt genießen - ideal als Snack, Fingerfood oder zum Mitnehmen.

Tipps & Varianten: Tipp: Für extra Aroma etwas GEFRO BIO Würzmischung Bella Italia in die Soße geben oder vor dem Backen auf die Schnecken streuen. Variante: Statt Parmesan schmeckt auch geriebener Mozzarella oder Feta hervorragend. Für eine vegane Variante einfach den Käse durch eine pflanzliche Alternative ersetzen. Nicht vergessen: Die Schnecken lassen sich perfekt vorbereiten und nach dem Backen einfrieren - so hat man jederzeit einen leckeren Snack griffbereit.