



VEGETARISK

Vitkålspizza

Kock: **Helena Ekman** Tid: **30 min** Portioner: **4**



En pizza som är nyttig - ja, du läste rätt! Detta recept är lätt att följa och gör att du kan äta pizza med gott samvete många dagar i veckan.

[Klicka här för att se hur jag gör pizzan!](#)



INGREDIENSER

Botten

- 1/2 st vitkålshuvud
- 1 st ägg
- 1 dl riven västerbottensost
- 3 msk mandelmjöl
- salt och peppar

Fyllning

- 100 g färska kantareller
- 2 msk smör till stekning
- 2 st vitlöksklyftor
- 1 st schalottenlök

salt och peppar
1/2 krm cayennepeppar
1 liten påse bladspenat
4 msk creme fraiche
1 st citronzest
8 msk riven västerbottensost
4 msk solrosfrön
2 tsk torkad oregano

GÖR SÅ HÄR

- 1** Sätt ugnen på 250 grader varmluft. Riv vitkålshuvudet (blir ca 5 dl). Lägg i ett durkslag och häll på kokande vatten. Låt rinna av ordentligt.
- 2** Lägg vitkålen i en bunke och tillsätt ägg, västerbottenost, mandelmjöl, salt och peppar. Blanda ihop.
- 3** Lägg ut blandningen på bakplåtspapper i 4 st högar och platta ut. Grädda i ugnen ca 10 minuter. Gör fyllningen under tiden.
- 4** Hacka och lägg kantarellerna i en torr stekpanna så att vattnet släpper. Tillsätt smör, vilök och hackad scharlottenlök och fräs lite. Tillsätt salt, cayennepeppar och spenat och stek några minuter.
- 5** Ta ut vitkålsbottnarna och lägg på crème fraîche. Riv på citronzest och lägg på kantarellfyllningen. Lägg på solrosfrön och avsluta med lite västerbottenost.
- 6** Sätt in pizzen i ugnen igen, ca 8-10 min.