

Pizza na patyku w stylu meksykańskim

Czas ogółem **25 min** 10 min Czas przygotowania **15 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
3504 kJ / 834 kcal

Tłuszcz: **26,9 g** Białko: **32,7 g**
Węglowodany: **107,3 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

- 1** ciasta na pizzę (mrożonego lub z lodówki, ok. 400 g)
- 100 g** pomidorków koktajlowych
- 100 g** słodkiej kukurydzy (z puszki)
- 100 g** fasoli (z puszki)
- 100 g** startego sera
- 4 łyżeczki** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman
- 2 łyżki** koncentratu pomidorowego
świeżo zmielony pieprz chili mielone lub w płatkach
świeże lub suszone oregano
patyczki do lizaków lub ciastek

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Rozwiń ciasto na pizzę. Pomidory pokrój w drobną kostkę. Drobno posiekaj kukurydżę i fasolę.

Krok 2

Wymieszaj pomidory, kukurydżę, fasolę i ser z sosem sojowym Kikkoman i koncentratem pomidorowym. Dopraw pieprzem, chili i oregano.

Krok 3

Rozgrzej piekarnik do 200°C (180°C z termoobiegiem). Wyłóż blachę papierem do pieczenia. Farsz nałóż na ciasto. Zwiń ciasto delikatnie, ale ciasno. Pokrój ostrym nożem na plastry o grubości 2-3 cm.

Krok 4

Rozłóż plastry ciasta na blasze do pieczenia. Piecz w rozgrzanym piekarniku przez około 15 minut, aż zyskają złocisty kolor.

Krok 5

Przymocuj patyczki do „lizaków” z pizzy i podawaj.