El Chefxu



PLATOS PRINCIPALES

Tortizza

10min · 1 ración · 513 kcal

Ingredientes

- Un tomate
- Una cucharada de pimienta negra
- Seis o siete hojas de albahaca fresca
- Un buen chorro de aceite de garrafón
- Un poquito de sal
- Una tortilla favorita, de 51% de avena
- Papel de horno, cortado a tu medida
- Dos cucharadas contundentes de tomate triturado
- Queso, la cantidad que quieras
- Atún
- Orégano al gusto
- Aceite picante casero al gusto

Elaboración

1. Trocear el tomate y ponerlo en la procesadora
2. Añadir la pimienta negra, la albahaca, el aceite y la sal, y triturar
3. Reservar el tomate triturado en un bol
4. Colocar la tortilla encima del papel de horno
5. Añadir dos cucharadas de tomate triturado sobre la tortilla
6. Añadir la cantidad de queso que se quiera
7. Añadir el topping que se quiera, por ejemplo atún
8. Hornear a 180° durante 12 minutos, o hasta que se funda el queso según el horno
9. Añadir orégano al gusto y aceite picante casero al gusto

RECOMENDACIONES

El papel de horno se puede cortar a medida. Se puede añadir más queso y el topping que se quiera. El creador dice que esta pizza está mejor con limón.

POR RACIÓN	30 g Proteínas	30 g Grasas	32 g Hidratos	6,7 g Fibra

Hecho con CookNest



Todas las recetas de El Chefxu

cooknest.app/@elchefxu · Instagram @elchefxu