



Bloemkoolpizza met asperges en courgette



Bereidingstijd

30 min tot 1u



Moeilijkheidsgraad

Gemiddeld



Ingrediënten

- 1 bloemkool
- 4 eetlepels geraspte kaas
- 4 eetlepels parmezaan (geraspt)
- 1 snuifje oregano
- 1/2 theelepel zout
- 1/4 theelepel knoflookpoeder
- 2 eieren
- 1 potje tomatensaus
- 1/4 courgette (in dunne plakjes)
- 1 bosje groene asperges

Bereidingswijze

- 1.** Mix de bloemkoolroosjes fijn in de foodprocessor. Stoom ze daarna gaar. Laat goed uitlekken en wring de bloemkool uit in een schone theedoek. Laat afkoelen.
- 2.** Meng met de geraspte kaas, de geraspte parmezaan, de oregano, het zout, het knoflookpoeder en de eieren.
- 3.** Schep op een bakplaat en maak hiervan een ronde pizzabodem. Zet 20 minuten in een op 200 C voorverwarmde oven.
- 4.** Haal uit de oven en bestrijk met tomatensaus.
- 5.** Beleg met courgette en groene asperges.
- 6.** Zet 10 minuten terug in de oven.
- 7.** Werk eventueel af met verse kruiden (bv. basilicum, munt, tuinkers).