



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie 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
- 1 Packung Pizzateig, à 300 g, aus dem Kühlregal
- 100 g Parmesan, frisch gerieben

Weitere tolle Rezepte finden Sie 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				

Vegetarische Pizzaschnecken

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 $\frac{2}{3}$ 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.