

Let's twist again!

Einfach, sicher, sauber: Spaghetti oder Tagliatelle aus Gemüse! Der neue, praktische Spiralizer für den schnellen Einsatz im Alltag.

Clever: Die Spiralen werden direkt in den Behälter geschnitten

Mehr tolle Rezepte

auf www.bettybossi.de





*Extrasicher: kein Kontakt zwischen
Fingern und Klingen*



Midi Spiralizer



schneidet Tagliatelle...



...und Spaghetti



25 Min.
+ 20 Min.



Pizza mit Gemüse- spaghetti

25 Min. + Backen: ca. 20 Min. vegetarisch schlank



*schneidet Spaghetti
und Tagliatelle*

1

- 1 **ausgerollter Pizzateig** (ca. 25 x 38 cm)
- 2 EL **griechisches Naturjoghurt**
- 1 **rote Zwiebel**

Teig mit dem Backpapier ins Blech legen, Joghurt darauf verteilen. Zwiebel in feine Scheiben schneiden, darauflegen.

Backen: ca. 20 Min. auf der untersten Schiene des auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorgeheizten Ofens.

2

- 1 **Bio-Zitrone**
- 2 EL **Olivenöl**
- 1 TL **Akazienhonig**
- ¼ TL **Salz**
- 1 **rote Bete**
- 1 **Möhre**
- wenig **Rucola**

Von der Zitrone Schale abreiben und Saft auspressen, mit Öl, Honig und Salz in einer Schüssel verrühren. Rote Bete und Möhre mit dem Midi Spirali-zer in Spaghetti drehen, begeben, mischen, mit dem Rucola auf der Pizza verteilen.

Portion (¼): 368 kcal, F 13g, Kh 51g, E 8g