

PINK RICETTE FIT



Idee per pasti FIT

PIZZA PROTEICA

## Ingredienti:

20 gr di maizena

1 cucchiaio di crusca

80 gr di albume

1 cucchiaio proteine del siero del latte gusto neutro

$\frac{1}{2}$  cucchiaino di lievito

Sale q.b.

Per la farcitura:

salsa di pomodoro

mozzarella (consiglio la Skyrella per aumentare ancora di più il valore proteico)

## Valori: (della base)

Carboidrati 23,1 grammi

Grassi 1,7 grammi

Proteine 22,2 grammi

## Procedimento:

Mescolare tutti gli ingredienti.

Versare l'impasto su una placca da forno rivestita con carta antiaderente.

Infernare a 200° per 6-8 minuti.

Estrarre e guarnire come preferito (in caso di aggiunta di mozzarella, infornare nuovamente ancora un paio di minuti)