



נקסט פיצה

הדור הבא של הפיצות
איזון מושלם בין טעם, בריאות ותזונה

רבע מגש (כולל הכל):

49 קלוריות, 9.6 גרם חלבון

מגש שלם (כולל הכל):

198 קלוריות, 38.2 גרם חלבון





נקסט פיצה

לחצו כאן לרכישה **חסרים לכם מצרכים?**

מתכון ל-2 פיצות מלבניות גדולות או 2 פיצות קוטר 28-30
כל מגש בצק ללא רוטב וגבנצ: 128 קלוריות, 27.4 גרם חלבון
כל מגש פיצה כולל הכל (בצק + רוטב + גבנצ): 198 קל, 38.2 גרם חלבון

180 מעלות מצב אפייה

אפייה ב-170 מעלות

אופן ההכנה:

מחממים תנור ל-180 מעלות, מצב אפייה משמנים קלות עם ספריי שמן את שתי התבניות שמים בקערת המיקסר את אבקת חלבוני הביצה, אבקת האפייה, אבקת הג'לטין, אבקת הטרטר (רק אם יש) והמלח. מפעילים למספר שניות על מהירות חלשה לצורך ערבוב.
מוסיפים את כל המים בפעם אחת, ומגבירים המהירות בהדרגה.

לחצו לרכישת מצרכי המתכון מאייהרב

לאחר שהתערובת מתחילה לגבוה (לאחר כדקה) מוסיפים את תחליף הסוכר, כל פעם כף, עד שכל הממתיק בפנים ולאט מגבירים המהירות עד למקסימום.

סהכ משך ההקצפה כ-6-7 דקות, על מהירות מקסימלית.
בסיום ההקצפה מוסיפים את כל התיבול, ומקציפים עוד דקה. מתקבלת קציפה במרקם משחתי.

בעזרת מרית, מחלקים את הבלילה ל-2 המגשים ומשטחים בעדינות. מכניסים לאפייה של 25 דקות על 170 מעלות, עד שהבצק משחים. בינתיים מערבבים את כל מצרכי הרוטב. כאשר הבצק מוכן, יוצקים עליו מהרוטב (חצי מהכמות לכל מגש), ומפזרים את הגבינה הצהובה בחתיכות מעל (חצי מהכמות לכל מגש). מכניסים לאפייה נוספת של 4-5 דקות, עד שהגבינה נמסה.

אז מה צריך:

2 תבניות אפייה אלומיניום מלבניות גדולות או 2 תבניות אפייה אלומיניום עגולות קוטר 28-30, משומנות במעט ספריי שמן באחידות.
*אין צורך בנייר אפייה

מצרכים - הכל עבור 2 מגשים:

- ✓ 60 גרם אבקת חלבוני ביצה (¾ כוס)
- ✓ 1 כף אבקת אפייה (10 גרם)
- ✓ 1 כף אבקת ג'לטין (8 גרם) - **חובה!**
- ✓ ¼ כפית מלח
- ✓ 2 כפות שטוחות תחליף סוכר ללא קלוריות, חום או לבן (20 גרם)
- ✓ 170 מ"ל מים (¾ כוס פחות כף)
- ✓ אופציונלי: ½ כפית אבקת קרם טרטר (לא חובה)

תיבול לבצק:

- ✓ כף תבלין פיצה
- ✓ כף אבקת שום או אבקת בצל או כף תערובת תיבול לחם שום

הרוטב:

- ✓ קופסת רוטב עגבניות: קוביות עגבניות במיץ עגבניות של יכין (240 גרם לפני סינון)
- ✓ 1 כף קטשופ (15 מל)
- ✓ 1 כף תחליף סוכר חום (10 גרם)
- ✓ ½ כפית מיץ לימון
- ✓ 1 כף תבלין אורגנו
- ✓ מלח, פלפל
- ✓ 1 כף תבלין אבקת חרדל
- או ½ כפית חרדל

מעל הרוטב:

- ✓ 60 גרם גבנצ 5%
- ✓ עלי בזיליקום טריים*

*את עלי הבזיליקום מומלץ להכניס רק לדקה לתנור או אפילו להוסיפם בסיום.

יש לך את המצרכים בסל אחד?

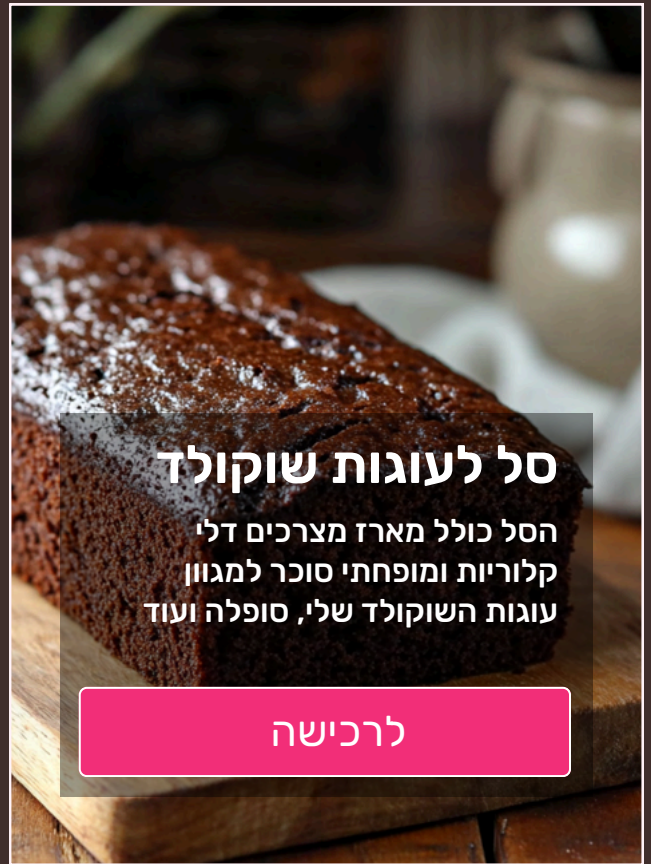
ברררררר... רק להקליק ולהוסיף לסל. הכל כבר מוכן לכם



סל רטבים ותבלינים

הסל כולל רטבים ותבלינים דלי קלוריות וללא סוכר שמשדרגים ומקפיצים כל מנה, תענוג לחיך במינימום קלוריות

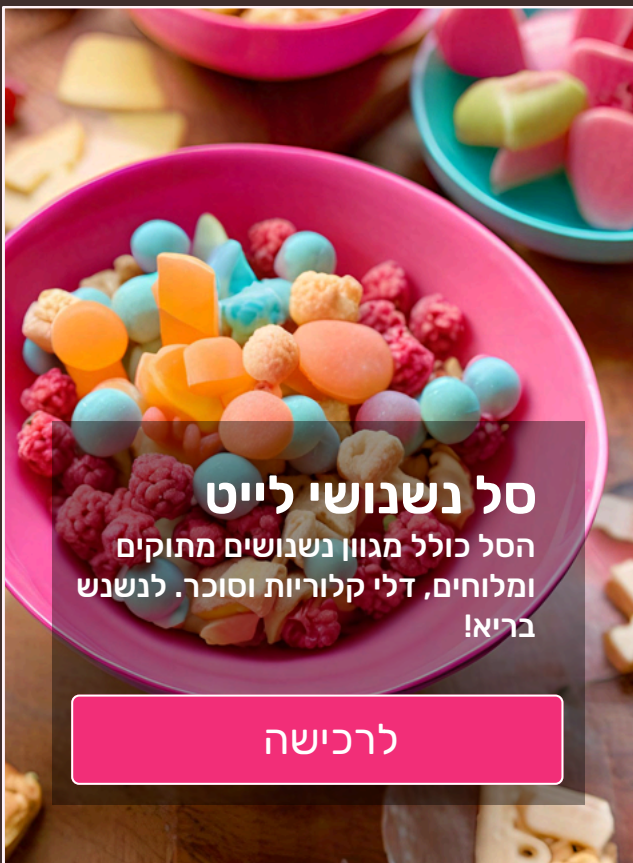
לרכישה



סל לעוגות שוקולד

הסל כולל מארז מצרכים דלי קלוריות ומופחתי סוכר למגוון עוגות השוקולד שלי, סופלה ועוד

לרכישה



סל נשנושי לייט

הסל כולל מגוון נשנושים מתוקים ומלוחים, דלי קלוריות וסוכר. לנשנש בריא!

לרכישה



סל עזרי אפיה

הסל כולל מצרכי בישול ואפייה בסיסיים, ללא סוכר ודלי קלוריות, לשימוש במגוון מתכונים

לרכישה



אהבתם את המתכון?

תוכלו לרכוש את ספר המתכונים שלי כעת במחיר השקה

מתכונים מתוקים ומלוחים על בסיס אבקת חלבוני הביצה

לפרטים אודות ספר המתכונים החדש שלי

