



## PIZZA BASE BRÓCOLI

Receta disponible en vídeo en [@abocadostyle](#)

 100 porciones

## INGREDIENTES

- 500 gramos de brócoli al ajillo
- 1 unidad pequeña de huevo de gallina, yema, cruda [13 g]
- 2 unidades pequeñas de huevo de gallina, clara, cruda [56 g]

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Triturar el brócoli , tamaño grano de arroz.
- 2º Mezclar todos los ingredientes
- 3º Poner la masa en papel de horno extendida con aprox 1,5 cm de grosor.
- 4º Hornear 10 min por cada cara.
- 5º Añadir los toppings al gusto como, verduras, champiñones, salsa de tomate casera, queso mozzarella, York o pollo

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [2 g]	% DDR
ENERGÍA	97 kcal	2 kcal	0 %
PROTEÍNA	4 g	0 g	0 %
H. CARBONO	4 g	0 g	0 %
AZÚCARES	4 g	0 g	0 %
GRASA	6 g	0 g	0 %
GRASAS SATURADAS	1 g	0 g	0 %
FIBRA ALIMENTARIA	3 g	0 g	0 %
SODIO	30 mg	1 mg	0 %