

# Reiswaffel Pizza

## Reiswaffel Pizza – Die kalorienarme Alternative zu normaler Pizza

Wieder so ein TikTok Trend den ich ausprobieren musste. Heute gibt es kalorienarme Reiswaffel Pizza mit Salami, Schinken und Käse. Als ich die Idee dazu zum ersten Mal gesehen habe, habe ich das als super gruselig empfunden. Irgendwann dachte ich mir aber, ich sollte das Ganze mal testen. Vielleicht ist es gar nicht so schlecht und eine kalorienarme Alternative zu normaler Pizza ist gar nicht verkehrt. Hier kommt nun das Ergebnis und ich muss sagen, kann man mal machen.

Die Reiswaffeln sind direkt nach dem Backen knusprig. Die Pizzen die länger stehen, werden leider weich. Nicht so weich das sie auseinanderfallen, aber irgendwie ein wenig lasch und pappig. Das war jetzt nicht so meins. Ansonsten ist die Idee ganz witzig. Belegen kann man die Reiswaffeln natürlich nach Lust und Laune. Hier habt ihr eine Menge Möglichkeiten. Das Ganze funktioniert übrigens auch mit Maiswaffeln.

---



bioZentrale Reiswaffeln



Bio Protein Waffeln Dinkel



Alnatura Bio Maiswaffeln



Leev Bio Linzenwaffeln

---

## **Kalorienarme Pizza aus Reiswaffeln mit Salami, Schinken & Käse**

Für die Reiswaffel Pizza zuerst den Backofen auf 160°C Umluft oder 180°C Ober- & Unterhitze vorheizen. Die passierten Tomaten zusammen mit etwas Oregano, Basilikum und Knoblauch, sowie etwas Salz und Pfeffer verrühren. Salami, Schinken und den Scheiblettenkäse kleinschneiden.

Die Reiswaffeln auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Anschließend gleichmäßig die passierten Tomaten auf den Waffeln verteilen. Den geriebenen Käse über die passierten Tomaten streuen. Danach jeweils 4 Waffeln mit Salami und Schinken belegen. Auf die restlichen 4 Waffeln den Scheiblettenkäse geben. Die Reiswaffel Pizzen im vorgeheizten Backofen für etwa 10-15 Minuten backen und anschließend direkt genießen.

□

□

---

## **WEITERE REZEPT-IDEEN FÜR PIZZA**



**Rustikale Flammkuchen**



**Reiswaffel Pizza**



**Pizza Baguette**



## **Pizza Zungen**



## **Türkische Pizza**



## **Thunfisch Pizza vom Blech**



## **Schneller Pizza Teig mit Hefe**



## Pizza Teig mit Hefe & Gries

---

## KALORIENARME REZEPTE

190 REZEPTE FÜR EIN KALORIENARMES MITTAG- & ABENDESSEN



[mehr Infos zum Buch](#)

---

**DIR FEHLT NOCH DAS PASSENDE PIZZA-ZUBEHÖR?**

---

---