



## Pizza-Kit von „Knack und Back“

Wo gekauft/erhältlich?	Preis
z.B. bei REWE und Edeka	Ca. 2,30€

Nährwertangaben			
	100g	Pro ¼ Pizza (150g)	% (150g)
<b>Energie</b>	766kJ/ 181kcal	1140kJ/ 272kcal	14%
<b>Fett</b>	1,4g	2,1g	3%
<b>....- davon gesättigte Fettsäuren</b>	0,4g	0,6g	3%
<b>Kohlenhydrate</b>	33,6g	50,3g	19%
<b>- davon Zucker</b>	5,5g	8,2g	9%
<b>Ballaststoffe</b>	1,8g	2,7g	-
<b>Eiweiß</b>	6,5g	9,8g	20%
<b>Salz</b>	1,66g	2,49g	42%

Tolle und fettarme Alternative, wenn man mal keine Zeit hat einen Hefeteig mit MCT selbst anzusetzen.