

# Pizzaschnecken



6-8 Stück

## Zutaten

**Für den Teig:** 150 g Magerquark, 6 EL Öl, 6 EL Milch, 300 g Vollkornmehl, 1 Pck. Backpulver, etwas Salz

**Für den Belag:** 100 g passierte Tomaten, 50 g Tomatenmark, 1/2 TL Salz, 2 TL italienische Kräuter, 1 Stück Knoblauchzehe, 50 g geriebenen Käse, 50 g Salami, Pfeffer

## Utensilien

Waage, Rührschüssel, Handmixer, Backblech, Backpapier

## Zubereitung

- 1 Gib Quark, Öl, Milch und etwas Salz in eine große Schüssel.
- 2 Mische das Mehl mit dem Backpulver und etwas Salz und gib die Mischung nach und nach zu den anderen Zutaten in die Schüssel.
- 3 Nutze die Knethaken vom Handmixer, um alles zu verrühren.
- 4 Teile den Teig in 6-8 Stücke und forme daraus lange Würste, die du dann zu einer Spirale zusammenlegst.
- 5 Bedecke ein Backblech mit Backpapier und lege die Spiralen darauf.
- 6 Mische für den Belag die passierten Tomaten, das Tomatenmark und die Gewürze zusammen und bestreibe dann die Schnecken damit.
- 7 Schneide die Salami in kleine Stücke und verteile diese Stücke und den Käse auf den Schnecken.
- 8 Backe die Schnecken für 20-25 Minuten bei 200 °C.

**Tipp:**  
Lege je nach Geschmack noch kleine Papeikawürfel oder Mais unter den Käse

