

Low Carb Rolle

250g Skyr oder Magerquark

100g geriebener Käse

3 Eier

1 TL Pizzagewürz bzw. Würzen nach Belieben

Zubereitung: Den Backofen vorheizen auf 180 Grad. Alle Zutaten gut vermengen und die Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben. 20 Minuten backen.

Danach nach Geschmack belegen, rollen und fertig!

Hier ein paar Beispiele für den Belag:

- *Guacamole*
- *Crème Fraîche*
- *Sauerrahm*
- *Scheibenkäse*
- *Miracle Whip Dressing à la Big Mac*
- *Thunfischcreme*
- *Salat*
- *Gemüse/Rohkost*
- *Gebratenes Fleisch/Fisch*

Guten Appetit!

