

Bell Pepper Pizzas

2 Servings

Ingredients

- 2 **green bell peppers**, each cut into 2 or 4 big chunks
- 6 Tbs **shredded cheese**
- 1 **tomato** (or other veggies of your choice!), sliced

Optional: dried oregano



Nutrition Information

Serving Size: 1 bell pepper

Calories: 120
Total Fat: 7g
Saturated Fat: 4g
Protein: 6g
Sodium: 140mg
Carbohydrates: 9g
Added Sugar: 0g
Fiber: 3g

Instructions

1. Preheat the oven to 350°F.
2. Line a baking sheet with parchment paper (optional).
3. Place green pepper slices on baking sheet, cut side up. Sprinkle on cheese, then top with tomato slices or any veggies you'd like.
4. Bake 5-10 minutes, until the cheese is melted. Sprinkle with oregano, and serve!

Pizzas de chile dulce

2 Porciones

Ingredientes

- 2 **pimientos / chile dulces verdes**, cortados en 2 o 4 trozos grandes
- 6 cucharadas de **queso rallado**
- 1 **tomate**, en tajadas, u otros vegetales de su preferencia

Opcional: orégano en polvo



Información Nutricional

Tamaño de Porción: 1 chile dulce

Calorías: 120
Grasa Total: 7g
Grasa Saturada: 4g
Proteína: 6g
Sodio: 140mg
Carbohidratos: 9g
Azúcar Agregado: 0g
Fibra: 3g

Preparación

1. Precaliente el horno a 350°F.
2. Opcional: cubra una cazoleja para hornear con papel encerado.
3. Coloque los trozos de chile dulce sobre la cazoleja con el lado cortado hacia arriba. Espolvoreé el queso y coloque las tajadas de tomate encima. Agregue otros vegetales de su preferencia.
4. Horneé por 5 -10 minutos o hasta que el queso se derrita. Espolvoreé con las hierbas o especias de su preferencia y sirva!

