PIZZA AUX LEGUMES

La recette

Ingrédients :

• 400 gr de farine
• 2 CAC de gros sel
• 1 sachet de levure boulangère
• 3 CAS d'huile d'olive
• 25 cl d'eau
• 1 coulis de tomates
• Fromage râpé selon votre goût
• 2 tomates anciennes
• Quelques oignons grelots
• Quelques champignons frais
• 2 petites courgettes jaune et verte
• 1 demi oignon rouge
• Poivrons rouge jaune et vert
• Quelques feuilles de basilic
• De l'origan

Préparez la pâte à pizza le matin pour le soir ou idéalement la veille.

Dans un saladier, mélangez 350 gr de farine avec la levure, le sel et l'huile d'olive.

Ajoutez l'eau tiède en mélangeant bien jusqu'à ce que la boule de pâte se décroche, ajoutez de la farine si celle-ci colle.

Laissez reposer en ayant pris soin de la couvrir d'un torchon.

Découpez vos légumes à votre convenance (dès, rondelles fines pour une meilleure cuisson...).

Préchauffez le four à 250 °

Farinez et étalez votre pâte à pizza sur une plaque perforée ou un papier sulfurisé.

Étalez votre coulis de tomate sur la pâte et disposez vos légumes.

Repartir votre fromage râpé.

Faites cuire environ 30 mn, surveillez la cuisson, votre pâte doit être colorée et croquante.

Utilisez le reste de vos légumes pour faire une salade.

Bon appétit, prenez soin de vous et restez vigilant.

Stéphane