Małe drożdżowe pomidorowe

dorotaR

Polecane na: **zapiekanki**

Kuchnia (region): **arabska, arabska**

Warto wiedzieć:

0 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- mąka bio - 500 g
- cukier - szczypta
- sól - szczypta
- oliwa - 4 łyżka
- drożdże - 3 dag
- woda - ok 200 ml
- cebula - 1 szt.
- cukinia - 1 szt.
- przecier pomidorowy bio - 2 szklanka
- oliwa -
- sól - do smaku
- pieprz - do smaku
- chili -
- oregano -
- bazylia -
- czosnek zabek - 1 szt.

Dodatkowe info:

Małe drożdżowe podpłomyki a la pizza z sosem pomidorowym wzbogaconym cukinią, czosnkiem i ziołami, idealne na kolację dla dzieci i nie tylko.

Sposób przygotowania:

KROK 1: W wodzie z cukrem rozpuszczamy drozdże i zostawiamy, aż ruszą. Do miski wsypujemy makę, mieszamy z sola i oliwą, dodajemy drożdże. Ciasto wyrabiamy ok 10 min az będzie odchodzic od reki. Zostawiamy do wyrosnięcia. Kiedy ciasto dwukrotnie zwiększy obcjętoć, zagniatamy je minutę.

Cebulę siekamy drobno i szklimy na niewielkiej ilości oliwy. Cukinię myjemy, obieramy i ścieramy na tarce o dużych oczkach, dodajemy do cebuli i dusimy, aż zmięknie. Do warzyw dodajemy przecier pomidorowy, przeciśnięty przez praske czosnek, bazylię, oregano. Dusimy wszystko, aż płyn się zredukuje, a sos zgęstnieje. Doprawiamy do smaku.

Kawałki ciasta drożdżowego rozpłaszczamy, układamy na blaszce wysypanej maka i smarujemy obficie sosem. Zostawiamy na 20 min do wyrośnięcia. Pieczemy 25 min w 180st.