Pizza z warzywami

Renixx

Polecane na: **danie główne, przystawki i przekąski**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

70 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

Ciasto: -
mąka pszenna - 1/2 szklanka
mąka kukurydziana - 1/2 szklanka
mąka pełnoziarnista pszenna - 1/2 szklanka
drożdże substrat - 4 g
sól - 1/3 łyżeczka
cukier - 1/2 łyżeczka
oliwa - 2 łyżka
mleko ciepłe - 2/3 szklanka
Pozostałe składniki: -
czosnek - 1 ząbek
cebula - 1/2 szt.
oliwa - 1 łyżka
dynia - 10 dag
pieczarki - 15 dag
ketchup ziołowy - 2 łyżka
fasolka szparagowa - 5 dag
oregano - 2 łyżeczka
ser żółty - 5-10 dag
sól - do smaku
pieprz - do smaku

Dodatkowe info:

Pizza z warzywami jest bardzo smaczna, lekka i sycąca. Ciasto przygotowałam z mąki pszennej, kukurydzianej i pełnoziarnistej, wyszło rewelacyjne.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Drożdże substrat wsypać do miski, wymieszać z mlekiem, cukrem i pszenną mąką. Przykryć i pozostawić w ciepłym miejscu na 15 minut.

KROK 2: Następnie wsypać mąkę kukurydzianą i mąkę pełnoziarnistą.

KROK 3: Dodać sól, oliwę, wyrobić ciasto, pozostawić na 15 minut.

KROK 4: Wyrośnięte ciasto wyłożyć na posypaną mąką stolnicę, uformować krążek i ułożyć na przygotowanej blaszce, pozostawić na 10 minut.

KROK 5: Cebulę posiekać, zeszklić na oliwie, dodać rozmrożoną dynię, podsmażyć.

KROK 6: Wsypać posiekane pieczarki, dusić 3-4 minuty.

KROK 7: Połączyć z ketchupem, doprawić do smaku solą i pieprzem, wymieszać, wyłożyć na ciasto.

KROK 8: Ułożyć ugotowaną, pokrojoną fasolkę, oprószyć suszonym oregano, posypać pokrojonym w kostkę żółtym serem.

KROK 9: Włożyć do nagrzanego do 200 stopni piekarnika i piec około 15 minut.