Najpyszniejsze mini pizze w zdrowszej wersji :)

Zdrowie na języku

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

Warto wiedzieć:

90 min

6 porcji

Składniki:

- mąka orkiszowa - 250 g
- drożdże suszone - 8 g
- sól - 1/2 łyżeczka
- olej - 1 łyżka
- ciepła woda - 150 ml
- Pozostałe dodatki: -
- koncentrat pomidorowy - 6 łyżeczka
- pomidor - 1 szt.
- kukurydza konserwowa - 2 łyżka
- miks sałat lub rukola - garść
- mozzarella - 1 opakowanie
- taka sama ilość sera żółtego, co mozzarelli -
- sól i przyprawy wg upodobań - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Na początek przygotuj ciasto. Do miski przełóż wszystkie składniki i dobrze ze sobą połącz, wyrabiając ciasto przez około 10 minut. Następnie uformuj kulę, przełóż ją do miski, gdzie spód obsyp lekko mąką, aby ciasto się nie przykleiło i odstaw w ciepłe miejsce dodatkowo przykrywając wierzch miski ściereczką lub ręcznikiem papierowym. Pozostaw ciasto do wyrośnięcia na 45 minut. Kiedy ciasto rośnie przygotuj pozostałe składniki. Sery zetrzyj na tarce. Pomidora pokrój w kostkę. Duże liście sałaty poszatkuj na mniejsze kawałki. Jeżeli używasz rukoli to wówczas jej nie krój. Wyrośnięte ciasto podziel na 6 kawałków. Z każdego uformuj dłońmi kulkę, a następnie okrągły placek średniej grubości. Wszystko za pomocą dłoni. Brzegi ciasta delikatnie zawiń.
Każdą pizzę posmaruj łyżeczką koncentratu, obsyp delikatnie solą i przyprawami oraz ułóż startą mozzarellę (kulkę podziel na 6 części). Kolejno dodaj trochę pomidora i kukurydzę, a wierzch obsyp startym żółtym serem.
Pizze ułóż na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia i piecz w mocno nagrzanym na 200*C piekarniku przez 8-10 minut.
Przed podaniem na wierzchu każdej pizzy ułóż trochę świeżych liści sałaty.