

Biga : une croûte sublimée

# Broccoli Love

Végétarien

## Pâte à pizza

(pour 3 pâtons de 280 g chacun)

### Pour la biga

- 500 g de farine
- 250 g d'eau
- 3 g de levure fraîche

### Pour la pâte à pizza

- 125 g d'eau
- 12 g de sel de mer fin
- 2 g de levure fraîche

## Garniture (pizza de 30 cm)

- 50 g de sauce aux brocolis
- 100 g de mozzarella en dés Arla Pro
- 40 g de tomates cerises jaunes & rouges
- 50 g de brocolis en fleurettes
- 20 g de cives
- Ail frais

## Préparation de la pâte

Préparez la biga la veille pour avoir le temps de la laisser fermenter. La recette est très simple, mais fait pourtant toute la différence. Mélangez tout d'abord la levure et la moitié de l'eau dans un saladier jusqu'à dissolution complète. Ajoutez ensuite la moitié de la farine tout en mélangeant bien. Ajoutez peu à peu le reste d'eau et de farine. Mélangez pendant 3 minutes et laissez fermenter pendant 18 heures à 20 °C. Couvrez le récipient de film alimentaire, puis percez quelques trous pour laisser la biga respirer.

Une fois que la biga est prête, vous pouvez vous consacrer à la pâte. Versez la moitié de la farine dans le bol du mixeur, ajoutez la biga et mélangez. La pâte devrait devenir plus homogène au bout de 4 à 5 minutes. Ajoutez alors le sel et la moitié du reste d'eau. Lorsque le sel est bien incorporé, versez le reste d'eau et mélangez le tout pendant une quinzaine de minutes. Vérifiez la consistance de la pâte. Lorsque celle-ci vous convient, placez la pâte dans un récipient en plastique. Couvrez-le de film alimentaire et laissez reposer à température ambiante pendant 30 minutes. Divisez ensuite la pâte en trois pâtons. Laissez à nouveau reposer pendant 2 à 4 heures avant cuisson.

## Sauce aux brocolis

Portez quelques brocolis à ébullition jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Passez-les ensuite au mixeur en arrosant généreusement le tout d'huile d'olive vierge extra. Assaisonnez la sauce avec une pincée de sel, du poivre noir et une petite gousse d'ail.

## Préparation de la pizza

Abaissez la pâte et étalez la sauce aux brocolis sans aller jusqu'au bord. Disposez la mozzarella, les brocolis en fleurettes, les tomates cerises et l'ail. Faites cuire à 400 °C pendant 90 à 120 secondes dans un four à pizza professionnel. Lorsque c'est cuit, apportez la petite touche finale : parsemez de cives, de pignons de pin et d'un filet d'huile d'olive vierge extra. Bonne dégustation !