

Triomphe végé

Végétarien

Pâte à pizza

(pour 3 pâtons de 280 g chacun)

- 450 g de farine
- 280 g d'eau
- 12 g de sel de mer fin
- 10 g d'huile d'olive vierge extra
- 2 g de levure fraîche

Garniture (pizza de 30 cm)

- 80 g de sauce tomate
- 90 g de Mozzarella gros brin Arla Pro
- 40 g de courgettes grillées
- 40 g de poivrons rouges
- 30 g de tomates cerises jaunes
- 20 g de feta
- Basilic frais

Préparation de la pâte

Délayez la levure dans 90 % d'eau jusqu'à complète dissolution. Ajoutez la moitié de la farine en laissant bien les ingrédients se mélanger. Versez petit à petit le reste de la farine. Lorsque la pâte devient homogène, au bout de 4 à 5 minutes, ajoutez le sel et la moitié du reste d'eau. Une fois que le sel est bien incorporé, versez progressivement l'huile et le reste d'eau. Travaillez l'appareil environ 15 minutes jusqu'à obtention d'une pâte souple et élastique.

Laissez la pâte reposer une heure à température ambiante, dans un récipient en plastique recouvert de film alimentaire. Une fois que la pâte a reposé, divisez-la en trois portions et placez-la au réfrigérateur pendant 12 à 18 heures, où elle va au moins doubler de volume. Sortez la pâte du réfrigérateur et laissez-la revenir à température ambiante avant de commencer votre pizza.

Préparation de la pizza

Abaissez la pâte et étalez la sauce tomate à l'aide d'une cuillère à café sans aller jusqu'au bord. Ajoutez la mozzarella gros brin, vos légumes grillés et les tomates. Faites cuire 3 à 4 minutes à 350 °C. Lorsque la pizza est croustillante à souhait, sortez-la du four et parsemez de feta émiettée. Apportez une petite touche finale en ajoutant quelques feuilles de basilic frais et un filet d'huile d'olive de qualité supérieure. Une pizza parfaite à chaque bouchée, même après 20 minutes dans un carton !