



Пицца со шпинатом и грибами



Ингредиенты

◦ Шампиньоны резаные	1/2 банки (200г)
◦ Сахар	1/2 ч. л.
◦ Дрожжи	5 г
◦ Базилик	пучок
◦ Лук репчатый	1 шт.
◦ Мука пшеничная	800 г
◦ Помидоры черри	100 г
◦ Масло оливковое	50 мл
◦ Шпинат замороженный	375 г
◦ Помидоры очищенные в с/с	2 банки (800 г)
◦ Соль	1 ч. л.

Способ приготовления:



150 мин



4 порции



150 ккал

1. В 500 мл теплой воды разведите соль, сахар, дрожжи и оливковое масло. Размешайте все до однородной массы, затем постепенно всыпьте муку, вымесите так, чтобы тесто не прилипало к рукам.

2. Разделите на 6 порций*. Скатайте в кружочки, накройте полотенцем и поставьте в теплое место на 1-2 часа. Разморозьте шпинат.

3. Приготовьте томатный соус: смешайте в блендере томаты, листья базилика, соль, сахар и взбейте все в однородную массу.

4. Настоявшееся тесто раскатайте в форме круга или прямоугольника (зависит от формы противня) толщиной 5-7 мм.

5. Лук нарежьте кольцами и обжарьте на сковороде до золотистого цвета, добавьте к нему грибы и листья шпината и обжаривайте еще 5-7 минут.

6. Смажьте тесто томатным соусом, выложите сверху шпинат, грибы, лук и поставьте на 10-15 минут в разогретую до 210-220°C духовку.

7. За минуту до готовности выложите на пиццу помидоры черри, разрезанные пополам.

1. Количество теста (на 4 порции) рассчитано на 6 пицц. Это очень удобно, так как плотно завернутое в пищевую пленку оно может храниться в морозильной камере до 6 месяцев.



Совет

Основу для пиццы можно сформировать и руками. Держите лепешку из теста вертикально и проворачивайте подобно колесу. Тесто будет растягиваться под воздействием силы тяжести.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>