



PIZZA BUTTERNUT- 4 PERS.

INGRÉDIENTS

Pour la pâte à pizza :

- 1 courge butternut
 - 1 c. à café de sel
 - 1/2 c. à café de piment
 - 150 g de parmesan râpé
 - 1 œuf
 - 1 c. à soupe d'huile d'olive
- Base : Coulis de tomates ou pesto rouge (200g)
- Garniture au choix :
- 1 boule de Mozzarella, ½ poivrons, 6 champignons, 1 oignons, épinard, tranches de salami, olives noires
 - 1 petite bûche de chèvre, miel, noix, 30g de roquette
- Ou autres garnitures selon vos envies ...

USTENSILES

- Couteau
- Casserole ou cuiseur vapeur
- Plaque de cuisson
- Papier à cuisson

TEMPS DE PRÉPARATION

- Préparation | 30 min
- Cuisson | 60 min

MÉTHODE

Avant l'atelier : Éplucher et retirer les graines de la courge. Ensuite, couper la courge en morceaux et la faire cuire à la vapeur pendant 20 à 30 minutes.

- 1** Ajouter du sel, du piment, de la muscade, du parmesan râpé, un œuf et de l'huile d'olive aux morceaux de butternut maintenant tendres et écraser le tout à la fourchette pour obtenir une masse homogène. Étaler cette préparation sous forme de pizza sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Ensuite, enfourner pendant 15 minutes à 180 °C. Laisser la base refroidir avant de garnir la pizza
- 2** Garnir la pizza à votre guise : commencer par une base (coulis de tomate, pesto rouge ...) puis ajouter les ingrédients que vous souhaitez
- 3** Ensuite, faire cuire la pizza pendant 20 minutes à 200 °C.