



Pizza funghi sur pain plat à la mozzarella di bufala

Garnie de courgette et de roquette



GÉNIAL !

Vous avez choisi une recette végé ! Ne pas manger de viande ni de poisson une fois de temps en temps est un petit effort qui a un grand impact sur l'environnement.



Champignons de Paris*



Courgette *



Oignon rouge



Gousse d'ail



Mozzarella di bufala *



Passata de tomates



Thym séché



Pain plat blanc



Roquette *

Total : 35-40 min.

Famille

Facile

Végé

À consommer dans les 3 jours

Ce n'est pas pour rien que l'on peut retrouver la pizza funghi au menu de chaque pizzeria ! Nous aussi avons été inspirés par cette recette classique. Aujourd'hui, vous utilisez un pain plat comme base - délicieux et croustillant, il vous fera gagner du temps ! La mozzarella di bufala rend la pizza bien appétissante. Êtes-vous curieux de savoir comment cette mozzarella a été fabriquée ? En savoir plus sur notre blog !

BIEN COMMENCER

USTENSILES

Poêle, sauteuse et plaque recouverte de papier sulfurisé.

Recette de **pizza funghi sur pain plat à la mozzarella di bufala** : c'est parti !



1 PRÉPARER

Préchauffez le four à 200 degrés. Coupez les **champignons** en tranches et les **courgettes** en fines demi-rondelles. Émincez la moitié de l'**oignon rouge** et coupez l'autre moitié en demi-rondelles. Émincez l'**ail**. Déchirez la **mozzarella di bufala** en petits morceaux.



2 PRÉPARER LA SAUCE

Dans une sauteuse faites chauffer la moitié de l'huile d'olive à feu moyen et faites-y revenir l'**ail** et l'**oignon rouge** émincés 1 à 2 minutes. Ajoutez la **passata de tomates**, le vinaigre balsamique noir, la moitié du **thym séché** et 1 cs d'eau par personne. Salez et poivrez. Laissez mijoter à feu moyen 6 à 8 minutes, jusqu'à ce que la sauce s'épaississe. Remuez régulièrement ★.



3 CUIRE À LA POÊLE

Pendant ce temps, faites chauffer le reste de l'huile d'olive dans une poêle à feu moyen. Faites-y cuire les demi-rondelles d'**oignon rouge**, les **champignons** et les **courgettes** 6 à 8 minutes à feu moyen. Salez et poivrez puis remuez régulièrement. Enfourez le pain plat 4 à 5 minutes sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé ★★.



4 GARNIR LES PIZZAS

Sortez les **pains plats** du four et tartinez-les de sauce **tomate**. Répartissez ensuite le mélange de **champignons** et de **courgettes** et les morceaux de **mozzarella di bufala** sur les pizzas. Saupoudrez-les avec le **thym séché** restant, salez et poivrez.



5 ENFOURNER LES PIZZAS

Enfourez les **pizzas** 5 à 7 minutes sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé.



6 SERVIR

Servez les **pizzas** à table en les garnissant de **roquette**.

★ **CONSEIL** : Si vous trouvez la sauce trop épaisse, ajoutez alors de l'eau.

★★ **CONSEIL** : Vous allez d'abord enfourez les pains plats un moment pour qu'ils deviennent bien croustillants

1 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Champignons de Paris (g) *	125	250	375	500	625	750
Courgette (pc) *	½	1	1½	2	2½	3
Oignon rouge (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Gousse d'ail (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Mozzarella di bufala (g) 7) *	60	125	185	250	310	375
Passata de tomates (g)	100	200	300	400	500	600
Thym séché (cc)	1½	3	4½	6	7½	9
Pain plat blanc 1) (pc)	2	4	6	8	10	12
Roquette (g) 23) *	40	60	80	100	140	160

À ajouter vous même

Huile d'olive (cs)	1	2	3	4	5	6
Vinaigre balsamique noir (cc)	1	2	3	4	5	6

Sel et poivre Selon le goût

* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	3025 / 723	443 / 106
Lipides total (g)	27	4
Dont saturés (g)	11,0	1,6
Glucides (g)	86	13
Dont sucres (g)	16,3	2,4
Fibres (g)	10	1
Protéines (g)	27	4
Sel (g)	1,2	0,2

ALLERGÈNES

1) Gluten 7) Lait/Lactose

Peut contenir des traces de : 23) Céleri

Une question ? Nous sommes disponibles 7j/7 pour y répondre : n'hésitez pas à nous contacter !



Envoyez-nous un message sur les réseaux sociaux ou sur WhatsApp au +32 460 20 11 08 (BE), +33 644 63 14 50 (FR) ou bien +352 691 790 045 (LU).