

Pizza aux légumes



Ingrédients pour 2 pizzas pour moule à tarte Silform®:

Pour la pâte:

- 1 sachet de Gourmandises® Pizza**
- 150 g d'eau
- 150 g de farine type 110
- 100 g de semoule de blé fine
- 30 ml d'huile d'olives

Pour la béchamel aux oignons:

- 120 g d'oignons émincés congelés
- 30 g d'huile d'olives
- 20 g de ciboulette
- 250 ml de lait écrémé
- 50 g de farine type 110
- sel de Guérande
- poivre du moulin

Pour la garniture:

- QS* de rondelles de courgettes
- QS* de champignons émincés
- QS* de poivrons émincés
- QS* d'ail semoule
- QS* de gruyère râpé
- 2 tranches de bacon

*QS: quantité suffisante

**cette levure ne nécessite pas beaucoup de temps de pousse 2 fois 10 min seulement.

Préparer la pâte en premier : Mélanger la semoule, la farine et la levure. Ajouter l'eau tiède, mélanger un peu au racloir puis incorporer l'huile. Pétrir au moins 5 à 10 min. Bouler et fariner. Couvrir le cul de poule de film alimentaire et laisser lever 10 min.

Pendant la 1ère pousse, préparer la béchamel aux oignons.

Hacher les oignons et faire revenir dans l'huile. Ajouter la farine et la ciboulette. Mélanger. Ajouter le lait petit à petit en remuant sans cesse au fouet. Assaisonner puis réserver.

Placer les moules à tartes Silform® sur les plaques alu perforées. Sur le Roul'pat® "semoulé", dégazer la pâte. Partager en 2 pâtons. Saupoudrer de semoule et étaler au rouleau. Foncer les moules. Étaler la béchamel tiède sur chaque fond de pâte. Couvrir les moules avec un torchon.

Préchauffer le four à 230°C. Faire revenir les légumes séparément dans un peu d'huile d'olives. Répartir sur la béchamel les courgettes, puis les champignons et en terminant par les champignons. Saupoudrer d'ail semoule. Couper les tranches de bacon en 4 et poser sur les légumes. Saupoudrer de fromage râpé.

Enfourner 15 min environ. Démouler à l'assiette. Servir immédiatement.