



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Pâte à pizza - pizza thon et artichaut .



© Manou / cuisine-plaisirs

<p><i>Ingrédients pour la pâte :</i></p> <ul style="list-style-type: none">- 1 pincée de sel- 1 sachet de levure de boulangerie- 150 ml d'eau- 2 c.à.s d'huile- 2 c.à.s de lait- 250 g de farine	<p><i>Accompagnements :</i></p> <ul style="list-style-type: none">- 1 boîte de thon au naturel- 4 minis cœurs d'artichaut- 4 tomates séchées- Coulis de tomate- Cumin, piment de Cayenne, paprika- Estragon, herbes de Provence- Parmesan râpé, câpres
---	--

- Dans un bol verser le sachet de levure dans 2 c.à.s de lait tiède
- Laisser reposer 15 minutes. Dans un saladier mettre 250 g de farine
- faire un puits et ajouter 150 ml d'eau tiède, 2 c.à.s d'huile d'olive, une pincée de sel
- ... et la préparation de levure de boulangerie. Mélanger progressivement tous les ingrédients
- Pétrir jusqu'à ce que la pâte se décolle des parois
- Couvrir d'un linge et laisser lever dans un endroit tiède pendant 2 h
- Au bout de ce temps pétrir à nouveau puis abaisser le pâton en disque dans un moule rond
- Recouvrir de coulis de tomates jusqu'à 2 cm des extrémités de la pâte
- Saupoudrer de parmesan, de thon réduit en miettes, des feuilles et cœurs d'artichauts
- Disposer les tomates séchées, les câpres puis rajouter les herbes et épices
- faire cuire à four préchauffé th.7 à 210°C

Astuce : 1 sachet de levure de boulangerie équivaut à 24 g de levure fraîche



© Manou / cuisine-plaisirs



© Manou / cuisine-plaisirs



© Manou / cuisine-plaisirs