

PIZZA Z GORGONZOLĄ, GRUSZKAMI I ORZECHAMI WŁOSKIMI

Liczba porcji	Czas	Liczba kalorii	Białko	Węglowodany	Tłuszcze
4 os.	50 min	476 kcal	18	44	35

Połączenie tych składników jest rewelacyjne. Pizza taka jak we Włoszech.

SKŁADNIKI

na ciasto (na 2 pizze)

- 90g mąka gryczana
- 50g mąka ryżowa
- 30g tapioka
- 30g olej kokosowy
- ok. 1/2 szklanki woda
- 1 łyżeczka sól himalajska

na nadzienie

- 150g ser gorgonzola
- 100g ser mozzarella
- 2szt. gruszka
- 30g orzechy włoskie

PRZYGOTOWANIE

1. Składniki na ciasto (mąki, sól i olej) umieścić w misce, następnie stopniowo dodawać wodę i ugniatać do otrzymania elastycznego ciasta.
2. Ser gorgonzola i mozzarella zetrzeć na tarce o grubych oczkach.
3. Gruszkę zalać wrzątkiem i pokroić w cienkie plasterki.
4. Ciasto bardzo cienko rozwałkować, posypać serami, ułożyć plasterki gruszek.
5. Piec na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia w temp. 190-200 stopni przez około 10min. Po tym czasie pizzę posypać orzechami i piec kolejne 5-10min.
6. Ciasto jest bardzo chrupiące. Pizzę najlepiej dzielić na kawałki nożyczkami kuchennymi.