



Vert pour choisir local

Ingrédients en **vert** = cultivés
ou produits localement



Oignon



Ail



Purée de tomates



Farine de blé entier



Farine de lin

Célébrez les saisons avec
les formes et les couleurs
amusantes de la récolte.

**Consultez notre menu
pour plus d'idées
d'accompagnement !**

Pizza fait à la main

Par Jenny & Rosie

Rendement : 48 portions (1 tranche chacune)

Ingrédients

Pour la sauce :

2 c. à soupe (30 ml)	Huile
1 grand	Oignon , haché finement
3 tasses (750 ml)	Légumes finement hachés (ex: champignons , carottes , courgettes , poivrons ou pommes)
4	Gousses d' ail , émincé
1 c. à soupe (15 ml)	Origan séché
2 c. à thé (10 ml)	Sucre
2 c. à thé (10 ml)	Sel
1 x (540 ml) boîte	Tomates concassées, ou purée de tomates

Pour la pâte :

6 tasses (1,5 L)	Eau chaude
3 c. à soupe (45 ml)	Levure active sèche ou instantanée
4 c. à thé (20 ml)	Sel
¼ tasse (60 ml)	Huile, et plus pour graisser les casseroles
3 tasses (750 ml)	Farine tout usage non blanchie
9 tasses (2,25 L)	Farine de blé entier
½ tasse (125 ml)	Farine de lin (facultatif)

Pour les garnitures :

12 tasses (3 L)	Mozzarella râpée
-----------------	------------------

Idées de garniture : **boeuf** haché cuit, **saucisse** maigre cuite, **jambon** cuit au four, **poivrons** doux, **champignons**, **oignons**, olives, **tomates**, **courgettes**, **ananas** ou **pomme**.

Préparation

Remarque : Laver bien tous les produits.

1. Pour faire la sauce, chauffer l'huile à feu moyen dans une casserole à fond épais. Ajouter les légumes finement hachés et l'ail et cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres et commencer à brunir, environ 20 minutes.
2. Ajouter le sucre, le sel et l'origan et remuer encore une minute avant d'ajouter les tomates concassées.
3. Laisser mijoter pendant au moins dix minutes, puis refroidir légèrement et mélanger doucement avec un mélangeur à immersion (ou avec précaution dans un mélangeur en petites quantités). La sauce peut être préparée à l'avance ; réfrigérer hermétiquement couvert pendant quelques jours ou congeler pour un stockage plus long.
4. Pendant ce temps, saupoudrer la levure sur l'eau dans un grand bol. Après 5 minutes, ajouter 1 c. à soupe (15 mL) de sel et les farines. Remuer avec une grande cuillère ou vos mains pendant 2 minutes jusqu'à ce que la pâte soit lisse et que la farine soit incorporée. La pâte sera très collante. Arroser la pâte avec ¼ tasse d'huile.
5. Couvrir le bol et laisser lever la pâte jusqu'à ce qu'elle double de volume, 45 minutes à une heure. Préchauffer le four à 400 °F (200 °C).
6. Verser 2-3 c. à soupe (30-45 mL) d'huile au centre de deux plaques de cuisson plaines recouvertes de papier parchemin avec côtés. Diviser la pâte en deux à la main sans la pétrir. Placer la pâte sur le centre huilé. Avec les doigts huilés, étaler doucement la pâte en un grand ovale. Laisser reposer 5 minutes, puis pousser uniformément la pâte pour remplir le moule.

Directions continuées à la page suivante ...



Équipement

- Grand bol
- Deux plaques de cuisson pleine grandeur (26" x 18") ou quatre plaques de cuisson de 13" x 18"
- Casserole de 2 à 3 pintes (2 à 3 L)

Remarque des auteurs

"Faire de la pizza à partir de rien est une façon très savoureuse d'économiser de l'argent, mais cela peut sembler un peu intimidant si vous ne l'avez jamais fait auparavant ! Notre conseil est de ne pas combattre cette pâte. Si la pâte refuse de s'étirer, donnez quelques minutes pour vous détendre et réessayer. Faire cuire vos pizzas à l'avance, puis les couper et les réchauffer vous aideront également, surtout si vous manquez d'espace dans le four."

- Jenny & Rosie

- Garnir chacun avec la moitié de la sauce, les garnitures désirées et 6 tasses (1,5 L) de mozzarella râpée. Cuire au four pendant 10 minutes, puis faire pivoter les moules et cuire encore 5 à 10 minutes, jusqu'à ce que la croûte soit dorée et que le fromage bouillonne et commence à brunir. Couper en 24 tranches par moule.
- Pour tenir la pizza pendant une courte période, tourner le four à 150 °F (65 °C). Retirer la pizza pour laisser refroidir un peu le four, couper en morceaux, puis remettre la pizza au four pendant une heure. Pour des prises plus longues, laisser refroidir sur le comptoir jusqu'à une heure, couper en morceaux et réchauffer au four à 400 °F (200 °C) pendant quelques minutes avant de servir.

Créez votre assiette !

Idées de garnitures, d'accompagnements et de bar à salade

Avec le service de plats à l'assiette, nous vous recommandons de servir la recette de base et d'offrir l'un des extras ou garnitures suivants sur le côté afin que chacun puisse personnaliser son repas à son goût.

- ★ **Poivre doux**
- ★ **Céleri**
- ★ **Les carottes**
- ★ **Tomates**
- ★ **Radis**
- ★ **Concombres**
- ★ **Patates douces**
- ★ **Navet**
- ★ **Sauces: Miel, sauce au donair**
- ★ **Champignons**
- ★ **Salade César : romaine, croûtons, vinaigrette, parmesan**
- ★ **Laitue romaine** nature ou arrosée de vinaigrette ranch et de parmesan
- ★ **Mélange romaine / chou frisé / épinards**
- ★ **Fruit**

Conseils & astuces

Mesures de conversion

- 1 lb (454 g) de carottes = environ 5 carottes moyennes environ 3 ½ tasses râpées
- 1 lb (454 g) de champignons = environ 4 ½ tasses hachées
- 1 lb (454 g) de pommes = 4-5 pommes moyennes et donne 3 tasses hachées
- 1 lb (454 g) de courgettes = environ 3 moyennes et donne 4 tasses râpées
- 1 boîte (540 ml) de tomates concassées = 7 à 9 tomates fraîches moyennes + 1 boîte (156 ml) de pâte de tomates

Les restes

Les restes de pizza peuvent être congelés ; décongeler et réchauffer dans un four à 400 °F (200 °C). Faire un double lot de sauce à pizza et congeler la moitié pour le prochain jour de pizza.

Ajouter des légumes !

Ajoutez votre choix de légumes finement hachés à la sauce à pizza, y compris les restes frais ou surgelés que vous pourriez avoir, pour plus de couleur, de fibres et de saveur. Essayez de servir des bâtonnets végétariens ou une salade César avec du chou frisé finement haché ou des épinards pour un coup de pouce vert.

Changez-la !

Pour les doigts d'ail, mélanger 1 tasse (250 ml) de beurre ou d'huile avec 4 gousses d'ail émincées. Étaler la moitié sur chaque moule de pâte avec vos doigts ou une cuillère à l'étape 7. Garnir chacun de 6 tasses (1,5 L) de mozzarella râpée et faire cuire au four comme indiqué.