



PIZZA SUR NAAN À LA MOZZARELLA DE BUFFLONNE

Avec de l'aubergine, poivron et basilic frais



Aubergine *



Poivron jaune *



Gousse d'ail



Mozzarella de Bufflonne *



Passata de tomates



Origan séché



Pain naan



Basilic frais *



Tomate *



Roquette *

Total : 20 min.

Rapido

Très facile

Végé

Consommer dans les 5 jours

..... Cette pizza sort de l'ordinaire et est rapide à préparer grâce au pain naan qui est utilisé comme base de pizza. Le pain naan est un pain plat qui se mange du Moyen-Orient à l'Asie centrale, mais il est surtout connu de la cuisine indienne. Comme le naan est légèrement épicé, il donne du goût à la pizza. Pour garnir la pizza vous allez utiliser de délicieux ingrédients de la cuisine italienne.

BIEN COMMENCER

USTENSILES : Poêle, bol, saladier et plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé.
Recette de **pizza sur naan à la mozzarella de bufflonne** : c'est parti !



1 PRÉPARER

- Préchauffez le four à 200 degrés. Coupez l'**aubergine** en fines tranches.
- Coupez le **poivron** en fines lanières.
- Écrasez l'**ail** (ou hachez-le finement).



3 PRÉPARER LA PIZZA

- Dans un bol, mélangez la **passata de tomates** avec l'**ail** et 1 cc d'**origan** par personne.
- Placez les **pains naan** sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et étalez la **passata** dessus.
- Garnissez les **pains naan** des tranches d'**aubergine**, de **paprika** et de **mozzarella de bufflonne**. Salez et poivrez. Enfourez la **pizza** 8 à 10 minutes.



2 CUIRE L'AUBERGINE

- Faites chauffer 1/2 cs d'huile d'olive par personne dans une poêle à feu moyen.
- Faites cuire les tranches d'**aubergines** pendant 3 à 4 minutes.
- Pendant ce temps, déchirez la **mozzarella de Bufflonne** en gros morceaux



4 PRÉPARER LA SALADE ET SERVIR

- Pendant ce temps, détachez les feuilles de **basilic** des brins et coupez-les en lanières.
- Coupez la **tomate** en quartiers. Dans un saladier, préparez la vinaigrette en mélangeant le vinaigre balsamique blanc et l'huile d'olive vierge extra.
- Ajoutez la **roquette**, la **tomate** et la moitié du **basilic** au saladier et mélangez bien. Salez et poivrez.
- Saupoudrez la **pizza** du reste du **basilic**.
- Servez la **pizza sur naan** avec la **salade**.

1 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Aubergine (pc) *	½	1	1½	2	2½	3
Poivron jaune (pc) *	½	1	1½	2	2½	3
Gousse d'ail (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Mozzarella de Bufflonne (boule 7) *	⅓	⅔	1	1½	1¾	2
Passata de tomates (paquet)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Origan séché (cc)	1	2	3	4	5	6
Pain naan (pc 1) 7)	1	2	3	4	5	6
Basilic frais (g) *	5	10	15	20	25	30
Tomate (pc) *	½	1	1½	2	2½	3
Roquette (g 23)*	20	40	60	80	100	120

À ajouter vous-même

Huile d'olive (cs)	½	1	1½	2	2½	3
Vinaigre balsamique blanc (cc)	1	2	3	4	5	6
Huile d'olive vierge extra (cs)	½	1	1½	2	2½	3

Sel et poivre Selon le goût

* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	2732 / 653	541 / 129
Lipides (g)	30	6
Dont saturés (g)	8,8	1,7
Glucides (g)	71	14
Dont sucres (g)	15,4	3,1
Fibres (g)	10	2
Protéines (g)	20	4
Sel (g)	1,5	0,3

ALLERGÈNES

1) Céréales contenant du gluten 7) Lait/lactose
Peut contenir des traces de : 23) Céleri

***CONSEIL:** De tous les poivrons, les poivrons rouges sont ceux qui contiennent le plus de vitamine C, cependant ils sont tous riches en antioxydants et fibres.

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