Пицца постная "А-ля Русь"

Автор: Екатерина
10.08.2011 13:03

Для средней пиццы:

3/4 стакана + 1 ст. ложка муки; 1/2 ч. ложки быстрых (instant) дрожжей; 1/2 ч. ложки сахара; 1/2 ч. ложки соли; 1/3 стакана воды комнатной температуры; 4 ч. ложки оливкового масла.

В небольшой емкости смешать муку, дрожжи и сахар. Вмешать соль. Добавить воду, слегка перемешать (чтобы тесто только-только образовалось). В небольшую емкость налить масло. Выложить в нее тесто, повернув таким образом, чтобы оно оказалось покрытым маслом, плотно накрыть. Дать постоять при комнатной температуре 1 час, чтобы поднялось. Выложить на противень, слегка прижав. Накрыть и дать «отдохнуть» 15 минут. Пальцами растянуть в круг диаметром 25 см. Смазать остатком масла. Выпекать при температуре 265 С 5 минут. Вынуть из духовки, смазать кетчупом (или томатным соусом - рецепт ниже), выложить начинку.

В качестве начинки можно использовать: мелко порезанные солёные огурцы, отдельно обжаренную тертую морковь и порезанный лук, обжаренные шампиньоны (или же другим образом подготовленные лесные грибы); обжаренные кабачки и/или тыкву и т.п.

Вместо сыра, поливаем постным майонезным соусом (по желанию - можно и без него).

Выпекать еще 5-10 минут в духовке.

Примечание: эту пиццу можно приготовить и для варианта устава "пища без масла" - при подготовке теста исключить оливковое масло, а для того, чтобы тесто не подгорело, противень посыпать манной крупой. Овощи для начинки также можно жарить без масла, если использовать замороженные овощи.

Phoca PDF