

Prosta pizza z grilla

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: agnethia, dnia 12 Sierpnia 2012r. o 12:49

Tagi: pizza, wege, grill

Rodzaj dania: dania główne dania jarskie fast-food potrawy mączne przekąski zapiekanki

Rodzaj kuchni: europejska

Rodzaj mięsa: danie bezmięsnawege

Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
pomidor w puszcze kawałki	1	puszka	warzywa
ser mozzarella	3	szt.	nabiał
bazylia świeża	1/3	pęczek	przyprawy i zioła
sól	1/2	łyżeczka	przyprawy i zioła
pieprz czarny mielony	1/3	łyżeczka	przyprawy i zioła
spód do pizzy	4	szt.	dodatki

Opis

Przygotowujemy sos pomidorowy: na patelni wlewamy pomidory krojone z puszki - razem z zalewą. Redukujemy na dość dużym ogniu tak żeby odparował sok. Doprawiamy solą i pieprzem. Gotowe spody do pizzy (można też zrobić własne z 1 szkl. mąki, 10g drożdży, ciepłej wody i szczypty soli i cukru - w takim przypadku należy najpierw upiec je w piekarniku) opiekamy na grillu z obydwu stron, tak żeby się podgrzały. Teraz na każdy krążek należy nałożyć sos pomidorowy i pokrojoną w plastry mozzarełę oraz po kilka listków świeżej bazylii. Zostawiamy jeszcze przez chwilę na grillu - też żeby ser się rozpuścił.



Dla ilu osób: 4
 Danie dietetyczne: tak
 Poziom skomplikowania: łatwe do przygotowania
 Czas przygotowywania: 0godz. 30min.
 Cena: całej potrawy: 16zł PLN jednej porcji: 4zł PLN
 Liczba kalorii: całej potrawy: 800 kcal jednej porcji: 200 kcal