



---

## *Pizza aux fruits de mer*

---



*Un incontournable, la plus basique des basiques !  
En plat principal ou à décliner en mini pizza pour  
l'apéro.*

*Fine ou épaisse suivant les régions , elle reste savoureuse si elle est bien traitée.*

### *Ingrédients :*

<i>Pâte à pizza (2 pizzas de 28 cm de diamètre)</i>  <i>500 gr de farine 16 gr de levure 30 cl d'eau 2 cl d'huile d'olive 10 gr de sel</i>	<u><i>Garniture :</i></u>  <i>Sauce ou coulis de tomate 1 petit poivron jaune 400 gr d'un mélange de fruits de mer (moules, crevettes, coquillages, anneaux de calmar) Un peu de persil haché quelques rondelles d'oignons 200 gr de mozzarella en bloc ou râpé Poivre du moulin Épices à pizza.</i>
--	--

### *Préparation :*

*Délayer la levure dans l'eau*

*Dans le bol mélangeur déposer la farine et le sel sur le bord de la farine.*

*Incorporer l'huile d'olive puis le liquide eau /levure.*

*Pétrir votre pâte 8 min à vitesse minimale*

*Couvrir d'un linge humide et laisser monter 45 min .*

*Détailler et rouler la pâte à votre convenance et garnissez celle-ci.*

*Recouvrir la pâte de sauce tomate.*

*Couvrir du mélange de fruits de mer.*

*Couper quelques rondelles de poivron et d'oignon.*

*Déposer harmonieusement ceux-ci sur vos pizzas.*

*Parsemer de persil.*

*Couper la mozzarella en tranches ou râpée et en couvrir la pizza.*

*Poivrer.*

*Assaisonner la pizza avec les herbes, ayez la main légère !*

*La cuisson se fait dans un four à 245° durant 10 à 12 min.*

*Vous pouvez la cuire sur une pierre aussi.*

*Conseils-Infos :*

*On ne met jamais le sel sur la levure au risque de détruire l'effet de celle-ci !!!*

*Vous pouvez une fois votre pizza garnie la précuire +/- 7 min .*

*Pratique si vous voulez en préparer plusieurs pour un repas avec beaucoup de convives.*

*On emploie toujours une huile de qualité et qui supporte la cuisson .*

*Elles peuvent être congelées précuites ou après cuisson complète.*