

Pizza aux légumes :

ingrédients pour 4 personnes :

1 pâte à pizza
2 tomates
1 courgette
2 oignons
1 poivron jaune
1 boule de mozzarella
huile d'olive
1 cuillère à soupe de câpres
origan
sel , poivre

progression :

Ébouillanter les tomates pour les peler plus facilement et les couper grossièrement.

Nettoyer la courgette et la détailler en fine lanière (avec un économe).

Peler et émincer l'oignon

Laver, épépiner et découper le poivron en lanières.

Dans une casserole huilée, déposer les légumes et faire cuire pendant 10 à 15 minutes à feu doux.

Assaisonner

préchauffer le four à 180°C (thermostat 6)

étaler la pâte à pizza, déposer la garniture de légume. Parsemer de câpres et d'origan puis déposer la mozzarella coupée en dès.