

# Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

## **PIZZA AUX FLEURS DE COURGETTES ET AUX ANCHOIS**

**Pour une plaque 32 X 52 cms (ou 2 petites)**

**550g farine tipo 00 manitoba ou farine T.45 - 20g levure fraîche de boulanger - 300g d'eau tiède - 1 càs sucre - 1 càs sel -**

**Mettre la levure émiettée dans l'eau tiède dans le bol du robot, laisser 10 minutes. Ajouter les autres ingrédients en commençant par la farine. Munir le robot du crochet. Pétrir 15 minutes à petite vitesse. Recouvrir de film alimentaire. Laisser doubler de volume. Repétrir 3 minutes. Rassembler la pâte, la poser dans une grande hermétique et entreposer au réfrigérateur 6h00. Etaler sur la ou les plaques huilées avec les mains.**

**Garniture : 7-8 fleurs de courgettes - 10 anchois à l'huile - 1 grosse mozzarella - sel - poivre - huile d'olive -**

**Couper en deux les fleurs, ôter la queue et le pistil. Les poser sur la pâte. Couper la mozzarella en dés, les répartir. Ajouter les anchois. Saler, poivrer, arroser d'huile d'olive. Laisser à température ambiante jusqu'à ce que la pâte se développe.**

**Préchauffer le four à 250°C (th. 8-9).**

**Enfourner et cuire 12 minutes en tournant la plaque à mi-cuisson (grill allumé si nécessaire).**

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr