

Pizzas

Pizza aux flocons de quinoa et champignons



25 min **15 min** **10 min** **0** **271**
 TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la pâte à pizza

70 g **Flocons de quinoa**
 3 **Oeuf(s) entier(s)**
 7 cl **Lait demi-écrémé**
 15 g **Pignons de pin**

Ingrédients pour la garniture

10 cl **Coulis de tomates**
 15 g **Comté**
 10 g **Pignons de pin**
 4 **Champignon(s) de Paris**
 10 g **Coriandre**
 0.5 **Oignon(s)**
 2 c. à soupe **Huile d'olive**
 1 **Origan séché**
 1 **Sel**
 1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la pâte à pizza

- 1 Dans un saladier, mélanger les œufs avec les flocons de quinoa et le lait.
- 2 Ajouter les pignons de pins.
- 3 Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive sur feu doux.
- 4 Verser la préparation précédente. Bien étaler.
- 5 Retourner la pâte avec une spatule quand elle devient dorée.

Étape 2

Préparation de la garniture

- 1 Peler les champignons et les laver. Les couper en lamelles.
- 2 Eplucher et émincer l'oignon.
- 3 Dans un bol, mélanger le coulis de tomate avec l'oignon et l'origan. Ajouter le sel et le poivre.
- 4 Déposer le coulis sur la pizza.
- 5 Mettre les champignons sur le dessus ainsi que le

comté. Ajouter les pignons de pin.

- 6 Retirer du feu quand le fromage est fondu. Terminer par quelques feuilles de coriandre.