

# PIZZA BLANC DE POULET, GINGEMBRE, RICOTTA, MOZARELLA, MENTHE POIVRÉE

Une pizza plaisir, compatible avec les recommandations nutritionnelles et les interactions médicamenteuses, lorsque l'on éprouve des nausées/vomissements. Achetez des pâtons prêts à l'emploi, que nous vous recommandons si vous êtes fatigués, achetés en grande surface, ou en boulangerie et traiteurs Italiens / à conserver au frais 2 jours dans un récipient fermé.



Temps de préparation : 10 min - Temps de cuisson : 10 min à 220°C – Temps de repos?: 0 min

**Ingrédients** (2 à 6 personnes selon votre appétit) :

- 1 pâton prêt à l'emploi (300 g)
- 100 g de crème fraîche légère 18%
- 100 g de blanc de poulet
- 5 g de gingembre en poudre
- 5 g de menthe poivrée (fraîche ou séchée)
- 100 g de mozzarella légère
- 50 g de ricotta
- Sel

**Préparation :**

Préchauffer le four à 270°C ou 220°C

Découper le blanc de poulet en cube de 2cm de côté et salé

Faire cuire au micro-onde durant 6 min à 900 watts

Pendant ce temps, étaler le pâton sur un plan de table fariné avec la semoule

Former un disque de 22 cm de diamètre environ en laissant un bord plus épais

Le transférer sur une plaque de cuisson

Mélanger la crème fraîche et le gingembre

Étaler la cette sauce sur le disque de pâte

Enfourner.

La pâte doit être à juste cuisson, avec le moins de brunissement possible c'est aussi pour cela que les "toppings" sont ajouter après

Disposer les morceaux de poulet sur la pâte

Déposer des petits morceaux de ricotta de mozzarella sur l'ensemble de la pizza

Saupoudrer de menthe poivrée