

PIZZA AU SAUMON ET HERBES DE PROVENCE

Une pizza plaisir, compatible avec les recommandations nutritionnelles et les interactions médicamenteuses, lorsque l'on souffre de problèmes buccaux. 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.

Image not found

https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/239/thumbnails/SPHERE_BUCCALE.jpg

Temps de préparation : 10 min - Temps de cuisson : 6 à 270°C ou 12 min à 220°C – Temps de repos?: 0 min

Ingrédients (2 à 6 personnes) :

- 1 pâton prêt à l'emploi (300 g)
- Semoule fine (pour étaler la pâte facilement)
- 150 g de crème fraîche épaisse
- 1 càc d'ail en poudre
- ½ citron pour son jus
- 80 g de miettes de saumon
- 3 càs d'huile d'olive
- Herbes de provence
- Feuilles de basilic
- Sel

Préparation :

Préchauffer le four à 270°C ou 220°C

Dans un bol, mélanger la crème fraîche, l'ail en poudre les herbes de provence, le jus du citron et une pincée de sel

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

Étaler le mélange à base de crème fraîche sur le disque de pâte

Enfourner

Répartir les miettes de saumon et un peu de feuilles de basilic sur la pizza