

PIZZA VEGETARIANA SEM GLÚTEN NEM LACTOSE

INGREDIENTES

450 g de purê de batata
100 g de azeite
175 g farinha de arroz sem glúten
150 g de abóbora aos cubos
200 g de mistura de cogumelos
2 dentes de alho
tomilho a gosto
noz de macadâmia a gosto
sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

Junte o purê frio com o azeite, a farinha, a pimenta e o sal
Amasse por 3 minutos até que a massa fique unida
Enrole em plástico filme e leve à geladeira por 1 hora
Em uma frigideira, coloque 1 colher (sopa) de azeite e a abóbora
Deixe cozinhar por 2 minutos e adicione 2 colheres (sopa) de água
Deixe cozinhar até que fique macia, retire e reserve
Na mesma frigideira coloque a mistura de cogumelos, deixe saltear (se necessário, junte mais 1 colher de azeite) e tempere com um pouco de sal e pimenta
Junte a noz de macadâmia e deixe cozinhar mais 1 a 2 minutos
Adicione os dentes de alho picados e o tomilho e envolva a abóbora
Escorra o líquido em excesso e reserve
Preaqueça o forno e em uma superfície enfarinhada e estenda a massa de purê até que fique com cerca de 1 cm de altura
Enrole ligeiramente as extremidades para dentro
Disponha os vegetais por cima da massa e leve ao forno a 200
Sirva com uma salada fresca

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/8169-pizza-vegetariana-sem-gluten-nem-lactose.html>