

PIZZA EN PAN PITA

Exquisita pizza vegana individual. Preparada con pan pita, permite ser elaborada de forma práctica, sencilla y rápida. El sabor es sensacional y la textura es sin duda la de la clásica pizza italiana, delgada y crujiente.

INGREDIENTES

PORCIÓN: 2 pizzas individuales

- 1 diente de ajo
- 3 jitomates
- Pimientos de colores
- Cebolla
- 2 Pan pita grande
- Pimienta en polvo
- Aceite de oliva
- Aceitunas negras sin hueso
- Queso de papa o queso mozzarella vegano
- Orégano
- 4 champiñones grandes
- Sal

NOTA: TODAS LAS VERDURAS DEBER DE ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS

VER VIDEO DE MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

Modo de preparación

en una cacerola 3 jitomates grandes, agregamos agua a cubrir y dejamos que hiervan hasta que la piel se reviente. Apagamos el fuego.

los jitomates al vaso de la licuadora y agregamos $\frac{1}{2}$ taza de agua de la cocción. Agregamos un trozo de cebolla y un diente de ajo picado. Licuamos hasta mezclar bien los ingredientes. Apagamos la licuadora.

una sartén ya caliente ponemos un poco de aceite vegetal y vertemos el caldillo de jitomate a través de una coladera. Agregamos $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal y un poco de pimienta en polvo. Bajamos a flama baja. Mezclamos y dejamos que hierva durante 2 minutos. Probamos de sal y agregamos al gusto. Apagamos el fuego y agregamos $\frac{1}{2}$ cucharadita de orégano deshidratado. Apartamos.

un bowl vertemos $\frac{1}{4}$ de taza de aceite de oliva, agregamos $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal, un poco de pimienta en polvo y un poco de ajo en polvo. Mezclamos bien. Agregamos $\frac{1}{2}$ pimiento verde, $\frac{1}{2}$ pimiento rojo y $\frac{1}{2}$ pimiento amarillo, sin semillas y partidos en rebanadas medianas. Agregamos 2 rebanadas delgadas de cebolla partidas en medias lunas. Revolvemos, para que se impregne la verdura con el aceite.

una sartén en la lumbre y esperamos a que caliente. Agregamos los vegetales que tenemos en el bowl. Bajamos a flama baja y dejamos que doren por 30 segundos. Volteamos y dejamos que doren por el otro lado 30 segundos más. Retiramos las verduras de la sartén y las ponemos en un plato.

6.- En un bowl vertemos un poco de aceite de oliva, agregamos $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal, un poco de pimienta en polvo y un poco de ajo en polvo. Mezclamos bien. Agregamos 4 champiñones grande (previamente pelados y rebanados en rebanadas delgadas y partidas por la mitad. Mezclamos para que se impregnen con el aceite. Los pasamos a la sartén y dejamos que doren 30

segundos de un lado, los volteamos y dejamos que doren por el otro lado, 30 segundos más. Apagamos el fuego. Los retiramos en un plato.

en un comal por un solo lado un pan pita redondo de tamaño mediano. Ya caliente, lo pasamos a una charola para horno del lado que se calentó hacia abajo. Untamos 2 cucharadas de caldo de jitomate al pan pita y un poco de queso de papa o puede ser un puño de queso mozzarella vegano. Distribuimos bien champiñones, cebolla y los chiles morrones. Agregamos suficientes aceitunas negras sin hueso en rebanadas.

la pizza al horno precalentado a 180° C o 356° F por 15 minutos.

retiramos del horno y presentamos.

Ver video