Šokujúce pizza cesto z karfiolu

Čas prípravy: 45 minút

Druh jedla: Bezmäsité a múčne jedlá; Pomazánky, šaláty a slané snacky

Radi experimentujete a už ste dlho nevyskúšali nič nové? Nad neprekonateľnou chuťou tejto neuveriteľnej pizze určite nebudete ohŕňať nosom. Výnimočnosť cesta je v tom, že neobsahuje ani štipku bielej múky, kvasníc či kravského mlieka. Napriek tomu je pri správnom postupe pizza cesto elastické a nerozpadáva sa. Pizza poteší nielen celiatikov ale aj milovníkov zdravej kuchyne. Vegáni môžu ovčí syr nahradiť strúhaným tofu. Oregano môžete pokojne nahradiť inou bylinkou.

Suroviny:

4 šálky ružičiek karfiolu

2 celé vajíčka

2 šálky mäkkého ovčieho syra (prípadne kozieho)

2 ČL sušeného oregana

1 ČL soli

Obľúbené ingrediencie na oblohu

Postup práce:

Rúru si predhrejeme na cca 230 stupňov C (prípadne použijeme program na pečenie pizze). Ružičky karfiolu vložíme do mixéra, zmixujeme najemno. Rozmixovaný karfiol vložíme do hrnca, pridáme vodu, privedieme k varu a na miernom ohni varíme do mäkka (stačí pár minút). Ak nemáte nič proti mikrovlnke, môžete karfiol pohodlne podusiť v sklenej mise. Uvarený karfiol scedíme cez sitko a pomocou utierky z neho vyžmýkame prebytočnú vodu. Táto procedúra je veľmi veľmi dôležitá, pretože vďaka nej sa cesto nebude rozpadávať!! Do karfiolu pridáme všetky ostatné ingrediencie, vypracujeme cesto (môžete pokojne pridať trochu olivového či kokosového oleja). Na plech dáme papier na pečenie, naň pomocou rúk vytvarujeme ľubovoľný tvar pizza cesta. Cesto upečieme v rúre do zlatista, následne ho obložíme oblohou podľa vlastnej chuti a dopečieme v rúre. Ihneď podávame.

Vygenerované na https://nasedeti.relaxmagazin.sk