

Pizza-pochettes

Donne 12 pochettes

Préparation 15 minutes

Cuisson 20 minutes

Ingrédients

12 pains ciabattas miniatures

1/2 poivron jaune

5 champignons

30 g (1 oz) de simili-pepperoni végétarien (environ 10 tranches)

80 ml (1/3 tasse) de sauce à pizza du commerce

125 ml (1/2 tasse) de mozzarella (environ 50 g / 1,75 oz)

10 ml (2 c. à thé) d'huile végétale (facultatif, pour badigeonner les pochettes)

Préparation

Préchauffer le four à 180C (350F). Placer la grille au centre du four.

Couper une mince calotte sous chaque petit pain. La conserver. Creuser le pain en retirant une partie de la mie.

Couper finement le poivron, les champignons et le pepperoni. Raper le fromage.

Dans un bol, mélanger le poivron, les champignons, le simili-pepperoni, la sauce et le fromage.

Garnir les boules d'environ 30 ml (2 c. à soupe) de garniture.

Mouiller le contour de la calotte avec quelques gouttes d'eau pour qu'elle colle au reste du pain pendant la cuisson. Replacer la calotte sous chaque boule pour la refermer. Cette étape est facultative, mais permet au pain de mieux sceller à la cuisson.

Placer les pains sur la plaque de cuisson. Presser légèrement pour sceller. Badigeonner d'un peu d'huile à l'aide d'un pinceau de cuisine.

Cuire au four 10 minutes ou jusqu'à ce que les pizza-pochettes soient dorées.

Laisser refroidir 5 minutes avant de servir.

Notes

Le simili-pepperoni végétarien contient 10 fois moins de gras et deux fois moins de sodium que le pepperoni régulier, fait à base de porc. De plus, le simili-pepperoni ne contient pas de nitrites, un agent de conservation pointé du doigt par le Fonds mondial de recherche contre le cancer. À l'épicerie, on trouve habituellement le simili-pepperoni végétarien dans le comptoir réfrigéré dans la section des fruits et légumes.