

Ricetta pizza al kamut senza lievito: la margherita dietetica

Autore: brandmade brandmade

Data: 16 Marzo 2012



1. Mescolate l'acqua tiepida con il bicarbonato e il sale facendo sciogliere bene il tutto
2. Versatela un pochino per volta nel contenitore in cui impasterete facendo un buco al centro della montagnola di farina
3. Impastate lentamente e cercando di tenere calde le mani e l'impasto
4. Aiutatevi ungendovi le mani di olio o di farina per staccare la pasta dalle dita
5. Create una palla di impasto e mettetela a riposare in una coppa in un luogo tiepido e asciutto per 15 minuti
6. Dividete l'impasto in 4-5 palline per fare le pizze
7. Stendete su un piano di legno con un mattarello l'impasto della prima pizza
8. Posizionate in una teglia su carta da forno
9. Condite con pomodoro pelato spezzettato mescolato a sale, pepe, origano e olio
10. Aggiungete gli ingredienti che volete e a vostro gusto
11. Infornate per 10 minuti a 250° mettendo la mozzarella a 3 minuti da fine cottura

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/ricette/ricetta-pizza-al-kamut-senza-lievito-la-margherita-dietetica/>

Generato il 18/05/2025