



# Pâte à pizza

---

Recette adaptée par les Nutris du CEDEQ, Camp Jeunesse 2015

Rendement : 5 minis pizzas ou deux pizzas de 12 pouces

## INGRÉDIENTS

- 500 ml (2 tasses) de farine tout usage non blanchie.
- 7 ml (1/2 c. à soupe) de levure à levée rapide (ou 1/2 sachet)
- 4 ml de sel
- 1 ml de sucre
- 250 ml (1 tasse) d'eau chaude
- 5 ml (1c. à thé) d'huile d'olive

## MÉTHODE

1. Mélanger ensemble dans un grand bol la moitié (250 ml) de farine, la levure, le sel et le sucre.
2. Ajouter l'huile d'olive à l'eau chaude.
3. Verser l'eau et l'huile sur la farine et brasser vigoureusement avec une cuillère en bois.
4. Ajouter graduellement le reste de la farine tout en brassant. Cesser d'ajouter de la farine lorsque la pâte s'attache bien à la cuillère.
5. Déposer la pâte sur une planche à pâtisserie enfarinée.
6. Pétrir la pâte, en y ajoutant de la farine au besoin, jusqu'à ce que la pâte soit lisse, tendue, souple et non collante.
7. Diviser la pâte en cinq parties égales.
8. Déposer la pâte dans un bol huilé. Huiler légèrement le dessus de la pâte.
9. Placer le bol dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air.
10. Laisser fermenter pour doubler de volume (environ 20 à 30 minutes).
11. Pour former, la pizza, prendre la pâte et avec les mains lui donner la forme désirée en lui laissant un rebord plus épais.
12. Garnir la pâte au goût.
13. Cuire à 475 F pendant environ 8-10 minutes.

NOTES : On peut congeler les pâtes une fois levées et les décongeler au frigo. Pour une cuisson idéale, il est recommandé de cuire la pizza sur une pierre à pizza.