



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002356 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 06 Lug 2018 alle ore 11:50

da TERESA IORIO

Livello di difficoltà: Facile

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate, Autunno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Leggero

La Teresina

Una pizza con impasto integrale farcita con ingredienti sani e gustosi in una perfetta armonia di sapori e consistenze.

Tempo di preparazione: 2 minuti

Ingredienti per 1 persone

Impasto

1/2 litro acqua

800 g farina divisa tra 60% farina rossa Caputo 00 e 40% farina 1 integrale Caputo

sale 20 g

lievito 2 g.

Farcitura

n. 1 patata lessa

carciofi grigliati sott'olio q.b.

60 g caciocavallo (all'uscita)

miele millefiori q.b.

basilico fresco

Strumenti di cottura

Forno a legna

Preparazione

All'acqua aggiungo man mano il sale e poi la farina e per ultimo il lievito. Impasto il tutto e lascio riposare per 30 minuti con un panno umido. Poi procedere allo staglio dei panetti e lasciare riposare per 10-12 ore.

Stendere il disco e inforno poi all'uscita condire con fettine di patata precedentemente lessate, carciofini grigliati sott'olio preparati in casa e scaglie di cacio cavallo. Per finire un leggero velo di miele millefiori e una spolverata di caciocavallo, basilico fresco.