

zeste

Pâte à pizza di Sabrina

par *SABRINA TUTINO*

Quantité : **2 portions** | (1) [Évaluer cette recette](#)

Durée totale : **2 h**

Préparation **2 h**



Préparation

1. Dans un petit bol, délayer la levure et le sucre dans la première partie d'eau tiède.
2. Dans un grand bol, combiner la farine et le sel. Faire un puits au centre, puis ajouter le mélange de levure et l'huile d'olive.
3. Incorporer peu à peu l'eau tout en mélangeant jusqu'à la formation d'une boule. Mettre la pâte sur une surface enfarinée et la travailler jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et élastique.
4. Former une boule, remettre dans le bol avec un peu d'huile, couvrir avec un linge et faire lever pendant 1 h ou jusqu'à ce que la pâte ait doublé de volume dans un endroit chaud et humide.
5. Une fois la pâte levée, huiler une plaque à biscuit rectangulaire, ou une plaque à pizza ronde. Prendre un morceau de pâte, façonner une boule et l'aplatir. La placer ensuite sur la plaque huilée et étendre avec les mains peu à peu, du milieu aux extrémités.
6. Faire lever une autre fois (pour avoir une pâte plus moelleuse).

PUBLICITÉ

Ingrédients

POUR 2 PIZZAS MOYENNES

45 ml (3 c. à soupe) de levure sèche de bière

30 ml (2 c. à soupe) de sucre

125 ml (1/2 tasse) d'eau tiède

4 L (16 tasses) de farine

60 ml (1/4 tasse) de sel

1.5 L (6 tasses) d'eau tiède (pour travailler la pâte)

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive

Bon à savoir !

Lors de la confection de la pâte, il faut éviter que le sel entre en contact direct avec la levure. Le sucre et la levure sont de bons amis. Le sucre active la levure et fait gonfler davantage les pâtes. Sur le marché, il existe plusieurs types de levures sèches : traditionnelle, instantanée, à pizza (nouveau). Si le temps vous manque, préférez l'instantanée ou à pizza. Ces dernières accélèrent le temps de gonflage de la pâte, mais lui préfèrent tout de même moins de goût. La pâte à pizza se congèle très bien.

PUBLICITÉ

Nutrition

- Sans sésame
- Sans moutarde
- Sans fruits de mer
- Sans lactose
- Sans arachides
- Sans noix
- Sans oeufs
- Sans poisson
- Sans soya