

Pizza de pizzeria au poulet thaï



Recette par Kraft

Prép.	Prêt en	Portions
15 min	43 min	6 portions, 1/6 de la recette (123 g) chacune

ce qu'il vous faut

1/4 recette de Pâte à pizza au parmesan parfaite (suffisamment pour 1 croûte)

- 1/3 tasse de vinaigrette *Catalina Kraft*
- 1/4 tasse de beurre d'arachide croquant *Kraft*
- 2 c. à soupe de sauce soya légère
- 1 c. à thé de sauce au piment fort
- 2 gousses d'ail, émincées
- 1 tasse de poulet cuit, coupé en morceaux ou déchiqueté
- 2 tasses de fromage Mozzarella partiellement écrémé râpé *Cracker Barrel*
- 1/2 tasse de poivron rouge, en lanières
- 3 oignons verts, hachés

ce qu'il faut faire

Préchauffer le four à 450 °F.

Abaisser la Pâte à pizza au parmesan parfaite en un rond de 12 pouces de diamètre sur une surface légèrement enfarinée. Presser la pâte au fond d'un moule à pizza de 12 pouces vaporisé d'enduit à cuisson. L'étirer au besoin pour qu'elle couvre la surface du moule. Laisser reposer pendant 10 minutes.

Mélanger les 5 ingrédients suivants dans un bol de taille moyenne. Ajouter le poulet; mélanger légèrement. Répartir sur la pâte; garnir du reste des ingrédients.

Cuire sur la grille inférieure du four de 17 à 18 minutes ou jusqu'à ce que la croûte soit dorée.

Trucs culinaires

Nutrition

Remarque

Étalez la garniture jusqu'aux bords de la pâte pour que cette pizza soit délicieuse jusqu'à la dernière bouchée.

Substitut

Vous pouvez préparer la recette en utilisant le fromage Mozzarella partiellement écrémé râpé *Cracker Barrel*.

PORTIONS

6 portions, 1/6 de la recette (123 g) chacune

Information nutritionnelle

Portion 6 portions, 1/6 de la recette (123 g) chacune

QUANTITÉ PAR PORTION

Calories	360
----------	-----

% de la valeur quotidienne

Matières grasses	18g
-------------------------	------------

Matières grasses saturées	6g
---------------------------	----

Cholestérol	35mg
--------------------	-------------

Sodium	820mg
---------------	--------------

Glucides	28g
-----------------	------------

Fibres alimentaires	2g
---------------------	----

Sucres	5g
--------	----

Protéines	22g
------------------	------------

Vitamine A	10 %VQ
------------	--------

Vitamine C	30 %VQ
------------	--------

Calcium	25 %VQ
---------	--------

Fer	15 %VQ
-----	--------

L'information nutritionnelle est offerte uniquement à titre de renseignement et indiquée en fonction des ingrédients et de la méthode de cuisson de chaque recette. Cette information peut varier selon le mode de préparation du mets, de l'origine et de la fraîcheur des ingrédients.