



5 15

Pizza au poulet, sauce au miel et pesto

PORTIONS

4

TEMPS DE PRÉPARATION

15 minutes

TEMPS DE CUISSON

17 minutes

Information nutritionnelle

Par portion: calories 583; protéines 31 g; matières grasses 19 g; glucides 72 g; fibres 2 g; fer 4 mg; calcium 271 mg; sodium 710 mg

Qu'est-ce qui nous fait craquer dans cette pizza facile à préparer au poulet? La saveur sucrée-salée procurée par la sauce au miel et pesto. C'est bon à s'en lécher les doigts!

Ingrédients



Pâte à pizza 400 g
(environ 3/4 de lb)



Miel 60 ml (1/4 de tasse)



Pesto 45 ml (3 c. à soupe)



Poitrine de poulet 1, sans
peau cuite et coupée en
dés



Mozzarella râpée 375 ml
(1 1/2 tasse)

[Sélectionner tous les ingrédients](#)

Prévoir aussi:

- 1/2 oignon rouge haché
- 1 tomate tranchée

Facultatif:

- 6 tranches de bacon cuites coupées en morceaux

Préparation

- 1 Préchauffer le four à 205 °C (400 °F).
- 2 Sur une surface farinée, étirer la pâte à pizza en un rectangle de 35 cm x 25 cm (14 po x 10 po). Déposer la pâte sur une plaque de cuisson tapissée de papier parchemin.
- 3 Dans un bol, mélanger le miel avec le pesto. Étaler le mélange sur la pâte.
- 4 Répartir les dés de poulet, l'oignon rouge, la tomate et, si désiré, le bacon sur la pizza. Parsemer de mozzarella.
- 5 Cuire au four de 15 à 18 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit cuite et que le fromage soit doré.
- 6 Régler le four à la position «gril» (*broil*) et faire griller de 2 à 3 minutes.