



PIZZA VEGETAL CON BASE DE BRÓCOLI CON VERDURAS Y POLLO ASADO



Ada Parellada

Ingredientes para la masa de 2 pizzas pequeñas:

- 1175 gramos de brócoli crudo (aproximadamente un brócoli entero)
- 30g de huevo (medio huevo)
- 25g de parmesano
- Sal
- Zanahoria
- Cebolla
- Tomates de jardín
- Jamón dulce
- Mozzarel·la
- Pollo asado

Instrucciones:

Troceamos el brócoli y le sacamos todo el troncho más duro. Ponemos agua a hervir y cuando hierva añadimos las flores de brócoli y las cocemos durante 5 minutos. Pasado este tiempo las escurrimos y las enfriamos rápidamente con agua y hielo para que no pierdan el verde.

Con un rallador desmenuzamos el brócoli. En un bol combinamos, el huevo batido, el queso parmesano y el brócoli hasta conseguir una masa homogénea. Hacemos círculos y los cocemos en el horno durante 10 minutos por cada lado a 180°. Mientras cortamos las verduras y desmenuzamos el pollo.

Una vez las masas sean secas añadimos los ingredientes cortados previamente y las volvemos a poner en el horno hasta que el queso se derrita.