

LES RECETTES DU RESTO'



Ingrédients 4 personnes

- › 1L d'eau
- › 200g de polenta
- › 1 oignon
- › 1/2 boîte de tomate concassée
- › 2 gousses d'ail
- › 1 bûchette de chèvre
- › 100g de lardons
- › Origan
- › Sel

Les conseils du chef

BIENFAITS La polenta contient des glucides complexes, qui rassasient rapidement, durablement et fournissent de l'énergie pour longtemps.

ASTUCE La polenta peut se consommer en pâte, en purée, en soupe, et même dans des plats sucrés !

NUTRITION La polenta est une très bonne source de fibres bénéfiques au système digestif.



PIZZA À LA POLENTA, LARDONS ET CHÈVRE

avec le Restaurant Scolaire DE MOURENX

Étapes

La polenta

- › Faites bouillir l'eau avec une pincée de sel.
- › À ébullition, ajoutez y les 200g de polenta.
- › Remuez ~5min jusqu'à obtenir une pâte solide.
- › Versez et étalez la polenta dans le moule à pizza sur 1 cm d'épaisseur.

La sauce tomate

- › Émincez l'oignon et les 2 gousses d'ail.
- › Faites les revenir à feu doux avec un filet d'huile d'olive
- › Ajoutez la tomate et laissez cuire 5 min.
- › Versez et étalez la sauce sur la pizza.

Le dressage de la pizza

- › Faites revenir les 100g de lardons à la poêle.
- › Découpez la bûchette de chèvre en rondelles et disposez les sur la pizza avec les lardons.
- › Parsemez la pizza d'origan.
- › Cuire 10min au four à 210°C (thermostat 7).



BON APPÉTIT !



Retrouvez le Restaurant Scolaire sur mourenx.fr