

PIZZA FINGIDA DE BERINGELA ASSADA E QUEIJO FETA



INGREDIENTES

- 1 COUVE FLOR PEQUENA
- ALHO EM PÓ
- AZEITE
- 2 OVOS BATIDOS
- MOLHO DE TOMATE*
- 1/2 BERINGELA
- SEMENTES DE COMINHOS
- CUBINHOS DE PRESUNTO
- QUEIJO FETA

CONFEÇÃO

1. Pré-aqueça o forno a 200°C.
2. Corte a beringela em rodela finas e coloque num tabuleiro com papel vegetal. Salpique de sal, sementes de cominho e regue com um fio de azeite. Leve ao forno para assar.
3. Depois prepare a base da pizza: parta os florões da couve flor e coloque na CC com a lâmina de amassar/triturar. Dê alguns toques de turbo, limpe os lados da taça com a ajuda da espátula e depois programe 40 segundos vel. 12. Verifique se a couve ficou toda ralada e se não precisa de mais um pouco de tempo.
4. Troque para o acessório misturador, junte um fio de azeite e alho em pó e programe Slow Cook P1. No final do programa retire para uma tigela grande e deixe arrefecer. Junte os 2 ovos batidos.
5. Coloque papel vegetal num tabuleiro e com a ajuda duma colher de pau espalhe o preparado de couve flor de modo a assemelhar-se a uma base de pizza. Leve ao forno cerca de 20 minutos.
6. Quando a base da pizza e a beringela estiverem prontas, cubra a couve flor com o molho de tomate e coloque por cima a beringela, os cubinhos de presunto e o finalize com o queijo feta desfeito com os dedos.
7. Leve ao forno cerca de 10 minutos, até ficar tostado.
8. *Para o molho de tomate usei 2 tomates, 1 dente de alho e meia cebola roxa. Triturei todos os ingredientes e seleccionei o programa SlowCook P2. Não fiz refogados para ser mais saudável.