

BASE DE COUVE-FLOR (PIZZA)



INGREDIENTES

- 1 COUVE-FLOR MÉDIA
- 1 OVO
- 50 GR QUEIJO RALADO MOUZARELLA
- SAL Q.B

CONFEÇÃO

1. 1. Pré-Aquecer o forno a 200º;
2. 2. Retire os talos e as folhas da couve-flor e aproveite o restante;
3. 3. Colocar na taça da CC o acessório picador e juntar a couve-flor, programar V10 cerca de 1 minuto;
4. 4. Juntar o ovo e o queijo ralado, programar V.7 / 40 segundos (a massa tem que ficar homogénea);
5. 5. Colocar o preparado num tabuleiro forrado com papel vegetal de maneira a ficar a base redonda;
6. 6. Leve ao forno cerca de 15 minutos, de seguida retire e pode colocar a cobertura que quiser (polpa de tomate, fiambre, cogumelos, queijo ralado etc) e voltar a colocar no forno até que a cobertura fique tostada.