

recette écomiam

PIZZA POULET ET COURGETTES



2 pers.



15 min



15 min

Ingrédients

Surgelés écomiam

- 1 boule de pâte à pizza décongelée
- 1 filet de poulet décongelé
- 50 g de courgettes en rondelles
- 100 g de palets de tomate
- 1 cuillère à café d'ail

Épicerie / Marché

- 100 g de Mozzarella
- Huile d'olive

Préparation

- Préchauffez le four à 220°C.
- Mettez un peu d'huile d'olive dans une casserole.
- Ajoutez l'ail et faites revenir.
- Mettez les palets de tomate, laissez fondre puis réservez.
- Coupez le filet de poulet en lamelles et la mozzarella en rondelles.
- Farinez votre plan de travail, rompez la pâte avec votre poing, étalez au rouleau une première fois.
- Laissez reposer 5 min puis étalez de nouveau.
- Mettez votre pâte sur un moule à pizza fariné et garnissez avec la sauce, les courgettes, le poulet et la mozzarella.
- Badigeonnez d'huile d'olive.
- Cuire au four à 220°C pendant 15 min.

Bon appétit !