



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

GLUTENSİZ SEBZELİ VEGAN PİZZA

Elçin Güler Hocoğlu

- 2 su bardağı glutensiz un ya da greçka unu
- 1/2 paket pak maya
- 100 gr soya peyniri
- 1 dal brokoli (küçük)
- 1 adet kabak
- 1 su bardağı mısır
- 15 adet mantar(kültür ya da istiridye mantarı)
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 2 adet domates
- 1 fiske himalaya tuzu
- 1 yemek kaşığı domates salçası
- 1,5 çay bardağı ılık su
- 1 çay kaşığı siyah çekirdeksiz zeytin (ince dilim)
- 1 çay kaşığı yeşil çekirdeksiz zeytin (ince doğranmış)

Derin bir kabin içerisinde glutensiz un, su, maya, tuz birlikte yoğrulur, kulak memesinden biraz daha sert olacak şekilde bir hamur elde edilir. 20-30 dakika kadar hamur mayalamaya bırakılır. 32 cm çapında fırına girebilecek bir turta kalıbı ya da tepsi içerisine 0.5 cm inceliğinde açılır

Salça, rendelenmiş domates, zeytinyağı ile karıştırılarak pizzamızın en alt katına sürülür. Üzerine soya peynirimizin yarısı ilave edilir.

Minik parçalara ayırdığımız brokoliler pizzanın üzerine yerleştirilir. Halka halka doğradığımız kabaklarımız, yine halka halde doğradığımız mantarlar, mısır, zeytinler de eklendikten sonra en üst kata biraz tuz ve soya peynirinin kalan kısmı serpiştirilir.

Pizzamız 180 derecelik fırında yaklaşık 35 dk kadar altı ve üstü eşit pişene dek pişirilir.

