

Pizza aux asperges

🕒 15 min + 25 min au four 🍴 minceur



- 1 abaisse de pâte à pizza** (d'env. 25 × 38 cm)
½ boîte de sauce tomate pour pizza (d'env. 200 g)
4 tranches de jambon arrière (env. 130 g)
Préchauffer le four à 220°C. Dérouler l'abaisse et la faire glisser sur une plaque avec le papier. Répartir la sauce tomate sur la pâte et déposer le jambon dessus.
- 2 800 g d'asperges vertes**
1 c. s. d'huile
½ c. c. de sel
un peu de poivre
Supprimer le bout ligneux des asperges, couper le reste en tranches biseautées, mettre dans un grand bol. Incorporer huile, sel et poivre, répartir sur la pizza.
- 3 40 g de parmesan**
un peu de crema di balsamico
Cuisson: env. 25 min tout en bas du four. Retirer, émincer le fromage à la mandoline par-dessus, arroser d'un filet de balsamique.

Portion (¼): 522kcal, lip 12g, glu 76g, pro 24g

Peut-être fait avec une pâte à gâteau (adapter la recette selon la taille de la plaque)