



Pizza con cipolle, funghi e zucchine



1 TEGLIA DA 4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE
25 MIN



TEMPO DI COTTURA
25 MIN



CALORIE
540K

NOTE
3 ORE DI LIEVITAZIONE

INGREDIENTI

PER L'IMPASTO

240 g di Farina 0

12 g di Lievito di birra fresco

120 ml di Acqua

Sale

PER LA FARCITURA

2 Zucchine

1 Cipolla rossa

100 g di Funghi champignon

160 g di Mozzarella di bufala

200 g di Polpa di pomodoro

20 g di Pinoli

1 spicchio di Aglio bio

Basilico fresco

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva (per saltare)

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva (per le zucchine)

1 cucchiaio di Olio extravergine di oliva (per condire)

Sale

Preparazione

- Setacciate la farina insieme a un pizzico di sale e disponetela a fontana, collocando al centro il lievito sciolto nell'acqua tiepida. Lavorate la pasta finché risulterà morbida ed elastica, formate un panetto e mettetelo a lievitare in luogo asciutto per 3 ore, dopo aver praticato un taglio a croce sulla superficie.
- Mondate la cipolla e affettatela a fettine molto sottili, poi mettetela in un recipiente con dell'acqua per almeno 15 minuti (in questo modo il sapore risulterà meno pungente).
- Preparate gli champignon tagliando via le parti terrose dal gambo, poi puliteli con un telo umido; se sono molto sporchi, lavateli sotto un filo d'acqua. Asciugateli e affettateli sottilmente.
- Fateli saltare a fuoco vivace in padella con poco olio e un po' d'acqua, l'aglio schiacciato, qualche foglia di basilico e un pizzico di sale per circa 3 minuti; a fine cottura eliminate l'aglio.
- Lavate le zucchine e tagliatele a fette sottili. Versatele in padella con un po' di olio e una presa di sale e cuocete per 5-6 minuti a fuoco moderato, girandole spesso.
- Tritate finemente la mozzarella e mettetela da parte in una ciotola.
- Stendete la pasta con il matterello, disponetela sulla placca del forno leggermente infarinata e cospargete con la polpa di pomodoro; condite con poco sale e un filo d'olio e quindi cuocete per 8 minuti in forno già caldo a 220°C.
- Sfornate e aggiungete la mozzarella, i funghi, le zucchine, le fettine di cipolla ben scolate e i pinoli. Infornate ancora per 7 minuti circa, toglietela dal forno e decorate con qualche foglia di basilico, quindi servite.

Lia Pisano

I consigli di Lia

- Fate lievitare la pasta per la pizza lontano da correnti d'aria, coperta con un panno. Sopra poneteci a rovescio un contenitore, grande abbastanza da permettere la lievitazione.
- Al posto del lievito di birra fresco potete utilizzare quello secco. Tenete presente che una bustina di lievito secco da 7 grammi corrisponde circa a un panetto di lievito fresco da 25 grammi. Se la ricetta prevede il lievito secco e avete quello fresco, moltiplicate la dose prevista del secco per 3,29 e otterrete i grammi di quello fresco. Se invece è il contrario (cioè la ricetta prevede quello fresco e volete usare quello secco) dividete la dose prevista per il fresco per 3,29 e otterrete i grammi di quello secco.
- In alcune pizze, calzoni e schiacciate la farina 0 dell'impasto può essere sostituita tutta o in parte da una farina meno raffinata; in genere il sapore risulta migliore in presenza di ingredienti molto saporiti. Se la preferite con farina integrale, la lievitazione sarà più lunga, per questo è preferibile sostituire solo parte della farina 0, circa metà del peso totale.