

PIZZA AUX FRUITS DE MER

Juillet 2011 (Actualisé en mars 2018)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 1 rouleau de pâte à pizza (ronde)
- ★ 350 g de cocktail de fruits de mer surgelés
- ★ 2 cuillères à soupe de coulis de tomate
- ★ 1 gousse d'ail
- ★ 2 cuillères à soupe de parmesan râpé
- ★ 3 cuillères à soupe d'huile d'olive (2 + 1)
- ★ 4 olives noires dénoyautées
- ★ 1 cuillère à café d'origan
- ★ 2 brins de persil
- ★ 1 pincée de piment fort
- ★ Sel fin, poivre gris moulu

Ustensiles : Plaque à four (Plaque à pizza), Poêle

Préparation : 5 mn

Préchauffage : 15 mn

Cuisson : 18 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 5,50 € (soit 1,38 € par personne)



Recette :

Laisser décongeler les fruits de mer au réfrigérateur la veille. Préchauffer le four à 210°C (Thermostat 7) durant 15 minutes. Sortir la pâte du réfrigérateur et laisser reposer à température ambiante. Peler l'ail et le hacher finement. Ciseler finement le persil. Couper les olives noires en rondelles. Dans une poêle faire chauffer 2 cuillères à soupe d'huile, ajouter le hachis d'ail, le persil, les fruits de mer égouttés, le piment, saler peu, poivrer généreusement et cuire 3 minutes à feu moyen en remuant continuellement.

Garnir la plaque avec la pâte (conserver le papier sulfurisé et découper le surplus), piquer le fond avec une fourchette, la badigeonner avec le reste d'huile, étaler le coulis de tomate en couche fine en laissant 2 cm de libre sur le pourtour, saupoudrer avec le fromage, disposer les fruits de mer et parsemer d'origan, répartir les rondelles d'olives. Mettre au four pour 14 minutes. Servir immédiatement bien chaud. Proposer de l'huile d'olive pimentée comme condiment d'accompagnement (facultatif).

i Le **cocktail de fruits de mer** est composé de moules, crevettes, anneaux de calamar et de têtes et pattes d'encornets (supions). On peut enrichir ce mélange avec des noix de pétoncles, des coques, des tellines, un ou deux champignons de Paris finement émincés. Pour un goût moins doux, donc plus acide, on peut remplacer le coulis de tomate par du concentré de tomate.

Boisson :

Un blanc servi à 10°C : Bandol, Gaillac, Mâcon-Villages ou Saint-Véran. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.