

# Pizza de presunto e queijo com base de espelta

## Ingredientes

### Base:

- 85 ml água
- 150g de farinha de espelta
- 5g de fermento de padeiro fresco
- 1 c. café de sal
- 1 c. sobremesa de azeite

### Cobertura:

- 3 c. sopa de polpa de tomate
- 50g de queijo mozarela ralado
- 4 fatias de presunto (50g)
- Orégãos e cogumelos fatiados (a gosto)

## Modo de fazer

- Diluir o fermento na água e adicionar o sal, o azeite e a farinha, amassando com as mãos até ter uma massa homogénea;
- Deixar levedar até cerca de 1h na tigela tapada com película aderente;
- Colocar a massa numa bancada polvilhada com farinha e esticar com um rolo;
- Depois de esticada na forma pretendida, adicionar o molho de tomate e de seguida os restantes ingredientes;
- Levar ao forno pré-aquecido a 200°C cerca de 20 min (até estar cozida e ganhar cor).

Calorias receita: 430 kcal (1/2 pizza)

Preço aproximado: 1,72 €

**Receita do mês de Setembro 2022**

