

[Base] Pâte à pizza ou à calzone



“ Je trouve que la pizza est un bon moyen bluffant d'utiliser les légumes du panier. Je vous dévoile ma recette de pâte à pizza, une simple pâte à pain additionnée d'huile d'olive. Depuis peu, j'utilise la levure sèche instantanée Bruggemann Bleue... un rapport qualité/prix imbattable ! ”

Les Ingrédients :

(Pour 4 pâtes à pizza fines de 32 cm de diamètre) :

- 800 g de farine T65
- 400 à 450 ml d'eau tiède
- 50 ml d'huile d'olive
- 1½ c. à thé levure instantanée de boulanger (ici [Bruggeman Bleue](#))
- 1½ c. à thé de sel

Les Étapes :

Dans un grand saladier, versez la levure et ajoutez un peu d'eau tiède. Laissez mousser. Ajoutez, la farine, le sel et 300 ml d'eau. Mélangez les ingrédients à la main (ou au pétrin). Une fois qu'une boule commence à prendre forme, ajoutez l'huile d'olive puis pétrissez quelques minutes avant d'ajouter l'eau au fur et à mesure. Au final, la pâte doit devenir homogène et se détacher facilement des parois du saladier. Comptez environ 15 à 20 minutes pour cette étape de pétrissage. Si elle est trop sèche, ajoutez un peu d'eau puis pétrissez. Si elle est trop collante ajoutez un peu de farine puis pétrissez.

Recouvrez le saladier d'un torchon propre et humide. Laissez la pâte doubler de volume (le temps sera plus ou moins long en fonction du degré d'humidité de la pièce et de sa température).

Retirez le pâton du saladier et formez une boule en ramenant la pâte vers le dessous plusieurs fois. Déposez le pâton sur un plan de travail enfariné. Recouvrez-le d'un torchon humide et laissez le pâton se reposer et se détendre pendant une quinzaine de minutes. Divisez-le en 4. Couvrez du torchon humide.

Étalez une pâte à pizza. Si la pâte est trop élastique, couvrez du torchon humide puis laissez encore reposer 10 à 20 minutes. Conservez les autres pâtons sous le

torchon humide.

Déposez la pâte sur une plaque de cuisson.

Dispersez vos ingrédients préférés.

Enfournez à 210 – 220°C pendant environ 20 minutes dans le bas du four... ou selon les indications de la recette choisie. Sortez la pizza du four. Dégustez.

Procédez de même pour les trois autres pâtons.

Et Que Dire De Plus ?

→ Levure instantanée de boulanger [Bruggeman Bleue](#)

→ Les recettes de pizzas retrouvées sur ce blog :

- [Pizza aux tomates confites à l'huile d'olive et aux poivrons](#)
- [Pizza blanche aux chanterelles, ail et persil](#)
- [Pizza aux fanes de fenouil, petits pois, fèves et anchois sur lit de faisselle de brebis](#)
- [Pizza au poivron rouge, oignons, sarriette, olives noires...](#)
- [Pizza à la roquette, brocoli, oignons verts et chèvre](#)
- [Pizza jaune...](#)
- [Pizza aux fanes de choux-raves, oignons verts et ciboulette](#)
- [Pizza aux blettes et à l'ail des ours](#)
- [Pizza à la crème de roquefort, oignon, bettes, graines de courge et marjolaine](#)

