

Pizza Semplice di Quinoa con Tonno e Porri

INGREDIENTI

Ingredienti per 4 persone

INGREDIENTI PER LA BASE

- 700 GR. DI QUINOA COTTA
- 2 UOVA
- UN PIZZICO DI SALE

INGREDIENTI PER IL RIPIENO

- 2 PORRI APPASSITI IN PADELLA (O BIETA, O CICORIA O ALTRA VERDURA)
- 200 GR. DI TONNO AL NATURALE

PROCEDIMENTO

- In una terrina, mescolate la quinoa con l'uovo e il sale.
- Stendete uniformemente l'impasto ottenuto in una teglia leggermente unta.
- Porre in forno preriscaldato, per circa 45 minuti a 160°C.
- Togliere dal forno.
- Guarnire con porri e tonno e infornare per altri 15-20 minuti a 180°C.
- Qualora si disponesse di un forno elettrico, è preferibile la cottura ventilata per permettere alla pizza di rimanere più croccante.
- Suggesto di utilizzare una teglia rettangolare 36x26 a bordo basso.

Possono interessarti anche molte altre **ricette di cucina naturale e preventiva**. Resta in perfetta forma psicofisica alimentandoti nel modo più naturale possibile.