

# Pizza végétarienne

72 portions

## Source de la recette

Centre de santé et de services sociaux de Laval - CHSLD Ste-Dorothée

## Précision ou commentaire de l'établissement

Clientèle de personnes âgées / milieu de vie substitut

### Description de la portion et du service

142 g (1/6 pizza)

### Rendement de la recette

12 pizzas (6 pointes par pizza)

### Équipements de préparation

### Récipients de cuisson

6 insertions pleines grandeur,  
épaisseur 2"

### Équipement de cuisson

Four conventionnel

### Équipements de service

Spatule

### Valeur nutritive par portion 142 g

Calories	210	Sodium (mg)	540
Protéines (g)	14	Lipides (g)	8
Glucides (g)	22	Gras saturés (g)	4
Sucres (g)	2.5	Fibres (g)	1.5



Québec 



# Pizza végétarienne

72 portions

## Rendement de la recette

12 pizzas (6 pointes par pizza)

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
12 unités	Pâte à pizza médium 12"	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Étendre 125 ml de sauce sur les pâtes à pizza à l'aide de la louche 4 onces.</li><li>2. Étaler 75 g d'oignons, 75 g de poivrons, 60 g de champignons et 30 g d'olives sur chaque pizza.</li><li>3. Ajouter 165 g de fromage mozzarella et 40 g de fromage parmesan sur chaque pizza.</li><li>4. Ajouter 7 tranches de tomate sur chaque pizza (1 dans le centre et 6, tout autour).</li><li>5. Saupoudrer l'origan sur les tomates.</li><li>6. Cuire au four conventionnel à 325°F pendant 20 minutes (environ 45 minutes avant la courroie). Cuire 4 plaques au début et poursuivre par après avec les 2 autres plaques pour préserver la qualité.</li><li>7. Couper les pizzas en 6 pointes à l'aide de la roulette à pizza.</li></ol>
1.5 L	Sauce tomate et basilic	
900 g	Oignons frais émincés	
900 g	Poivrons verts émincés	
720 g	Champignons frais tranchés	
360 g	Olives noires tranchées (conserve)	
2 kg	Fromage mozzarella râpé	
500 g	Fromage parmesan moulu	
10 unités (84 tranches)	Tomates fraîches moyennes	
15 g	Origan séché	

