

# PIZZA CHAMPIGNONS ET FROMAGE VÉGÉTAL

PIZZA CHAMPIGNONS ET FROMAGE VÉGÉTAL, les pizzas et hamburgers faits 'maison' sont bienvenus le week-end mais sans gluten et vegan uniquement. Ceci complète la page "[Que mange-t-on chez Cuisine Alcaline ?](#)"

<b>COMPOTÉE DE TOM...</b>	1 tasse olives noires dénoyautées	1 càs aromates, herbes
3 oignons rouges	10 càs fromage vegetal	
3 càs huile d'olive	<b>FROMAGE VÉGÉTAL</b>	
1 boîte tomates concassées	1 tasse noix de cajou	
Sel - poivre	50 gr féculé de tapioca	
1 càs herbes de provence	1/2 càc sel	
<b>GARNITURE</b>	épices	
300 gr champignons de Paris frais		



30 minutes  
 30 minutes  
 2 petites pizzas

## PIZZA CHAMPIGNONS FROMAGE VÉGÉTAL



1. Émincer les oignons après épluchage et les faire revenir à l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils colorent légèrement



2. Ajouter les tomates concassées avec un peu d'eau



3. Ajouter l'assaisonnement (sel, poivre) et les herbes de Provence, puis laisser mijoter couvert pendant 15 minutes environ



4. Pendant ce temps dérouler dans un plat rond ou sur la plaque de cuisson du four, une pâte à pizza fraîche et sans gluten. La précuire 5 à 10 minutes à 190°C, afin qu'il n'y ait pas de dé-trempage lors de la cuisson une fois garnie



5. En raison de la grande quantité d'oignons par rapport à la tomate, on obtient une sorte de compotée d'oignons à la tomate



6. Une fois la pâte précuite, étaler par dessus la compotée de tomates aux oignons



7. Disperser les champignons de Paris émincés



8. Répartir des cuillères de fromage végétal, au même titre qu'on aurait ajouté des tranches de fromage classique



9. Finir avec les olives



**10.** Enfourner à 180-200°C entre 20 et 30 minutes et sortir dès que le fromage végétal est bien doré

## FROMAGE VÉGÉTAL OU VEGAN



**11.** Prélever la féculé de tapioca (sous forme de petits granulés) ou du tapioca dit "express" sous forme de poudre, plus rapide à cuire



**12.** Ajouter en pluie le tapioca dans de l'eau bouillante et remuer pendant quelques minutes le temps qu'il devienne translucide (voir le temps de cuisson sur l'étiquette d'emballage)



**13.** Éteindre et sortir du feu dès que le tapioca est cuit



**14.** Mixer les noix de cajou en poudre fine



**15.** Ajouter à la poudre de cajou le sel



**16.** Puis les aromates (ail des ours ou herbes aromatiques)



**17.** Ajouter également les épices (paprika, coriandre...) et bien mélanger tous ces éléments secs



**18.** Verser par dessus le tapioca gélatineux et bien mélanger



**19.** On obtient une pâte d'une texture visqueuse et assez épaisse qui s'étire au même titre que de l'emmental chauffé par exemple. Il ne reste qu'à répartir des cuillères de ce fromage végétal sur la pizza (convient également pour une autre recette)