

Musée de l'agriculture et de l'alimentation du Canada

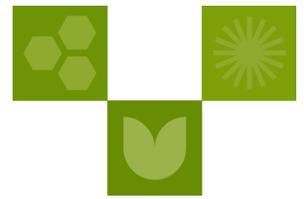
Pâte à pizza

Apprenti-chef la science de la panification recette

- 250 ml / 1 tasse eau chaude
- 1 sachet levure
- 5 ml / 1 cuillère à thé sucre
- 5 ml / 1 cuillère à thé sel
- 30 ml / 2 cuillères à table huile d'olive ou de canola
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 5 ml / 1 cuillère à thé basilic séché
- 5 ml / 1 cuillère à thé origan séché
- 500-750 ml / 2-3 tasses farine de blé entier
- huile d'olive

Matériel

- grand bol à mélanger
- plaque à pizza ou à biscuits
- cuillère à mélanger
- papier parchemin (ne pas confondre avec le papier ciré)



Avertissement concernant les allergies! Contient du blé.

Préparation

1. Préchauffe le four à 190°C (375°F).
2. Dans un grand bol, dissous la levure et le sucre dans de l'eau tiède (température d'un bain, soit 37-43°C /100-110°F). Laisse reposer (attends) 5 minutes.
3. Ajoute le sel, l'huile, l'ail et les herbes. Mélange doucement le tout.
4. Ajoute petit à petit la farine. Mélange bien après chaque ajout jusqu'à ce que le liquide soit absorbé (la pâte ne devrait pas coller aux doigts ni aux parois du bol).
5. Sur un plan de travail légèrement fariné (répands 2 à 3 cuillérées à soupe de farine sur le comptoir), pétris la pâte trois à quatre minutes ou jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et uniforme. Si la pâte semble collante, ajoute un peu de farine. Laisse reposer la pâte 5 à 10 minutes. Ne mange pas la pâte à pizza crue. La farine crue peut contenir des bactéries qui peuvent te rendre malade.
6. Farine un rouleau à pâtisserie (frotte un peu de farine sur le rouleau) et roule doucement la pâte sur une surface farinée jusqu'à ce qu'elle ait la forme désirée. Verse au besoin de la farine sur le plan de travail pour éviter que la pâte ne colle.
7. Tapisse la plaque à pizza ou à biscuits de papier parchemin pour empêcher la pâte de coller. Mets la pâte sur la plaque.
8. Badigeonne (étends à l'aide d'un pinceau à pâtisserie) légèrement la pâte d'huile d'olive et ajoute tes garnitures à pizza préférées sur la pâte.
9. Cuis la pizza de 20 à 25 minutes.

Ce plan de cours a été produit par le Musée de l'agriculture et de l'alimentation du Canada.

[Consulter toutes les ressources d'apprentissage d'Ingenium sur notre site Web.](#)