



PROJECT: GET IT DONE TOGETHER

Pizza facile sur pita

Supervision d'un adulte requise | Sans noix

Ingrédients :

- 1 pita
- 2 c. à soupe de sauce à spaghetti ou à pizza
- ¼ tasse de fromage mozzarella râpé
- Épices ou herbes séchées (origan, basilic, poudre d'ail)
- Huile d'olive (facultatif)

Préparation :

1. Badigeonner un peu d'huile d'olive sur le pita.
2. Napper le pita de sauce.
3. Saupoudrer de fromage râpé.
4. Ajouter une pincée des herbes et épices désirées et ajouter les garnitures souhaitées.
5. Déposer sur une plaque à pâtisserie, cuire de 5 à 7 minutes à 400 °F, ou jusqu'à ce que le fromage soit fondu (le temps peut varier).
6. Couper avec un coupe-pizza et déguster!

Donne 1 portion.

Temps de préparation : 10 minutes

Valeur nutritive par portion :

249 calories, 62 calories provenant des lipides, 7 g de lipides au total, 3,8 g de gras saturés, 22,1 mg de cholestérol, 497,2 mg de sodium, 34 g de glucides au total, 1,3 g de fibres, 1,1 g de sucres, 11,7 g de protéines