



Minipizzas sur croûte de riz

Ingrédients

- 500 ml (2 tasses) de riz collant ou de riz trop cuit
- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile végétale
- 125 ml (1/2 tasse) de sauce tomate ou de pesto
- 125 ml (1/2 tasse) de garnitures hachées (légumes, viande, tofu, olives...)
- 125 ml (1/2 tasse) de fromage râpé



Pour former une rondelle solide, il faut bien presser le riz. Si la rondelle s'émiette quand même, ajoute un œuf battu ou un peu de fromage râpé. Ça gardera le riz collé.



Tu n'as pas de sauce tomate ou de pesto sous la main ? Garnis ta croûte de riz avec un reste de sauce à pizza, de poulet au beurre ou autre. Une pizza vide-frigo aussi originale que délicieuse !



Étapes de la préparation

- 1 Place la grille au centre du four et préchauffe-le à 200 °C (400 °F).
- 2 Sépare le riz collant ou le riz trop cuit en 4 à 6 boulettes. Mouille tes mains et écrase chaque boulette avec tes paumes pour en faire une rondelle compacte et solide.
- 3 Recouvre une plaque de cuisson d'une feuille de silicone ou d'un papier parchemin. Déposes-y les rondelles de riz, puis badigeonne-les avec un peu d'huile végétale. Mets-les au four 15 minutes, ou jusqu'à ce que le contour soit légèrement doré.
- 4 Retire les croûtes de riz du four et mets-les de côté. Baisse la température du four à 180 °C (350 °F).
- 5 Garnis les pizzas avec la sauce tomate ou le pesto. Ajoute les garnitures et le fromage.
- 6 Fais cuire les pizzas environ 15 minutes, ou jusqu'à ce que le fromage soit fondu et doré.