

## **PIZZAS DE PANCETA Y BARBACOA (BASE HECHA CON LENTEJAS)**

### Ingredientes para la base:

- Lentejas IGP Tierra de Campos 250g
- Agua 250ml
- Sal
- Pimienta
- Aceite
- Orégano
- Bicarbonato
- Harina 50g
- Ajo en polvo

### Relleno para pizza de panceta:

- Panceta 100g
- Queso 150g
- Salsa de tomate 125g
- Nata 25ml
- Cebolla 1unidad
- Orégano

### Relleno para pizza barbacoa:

- Carne de ternera 100g
- Marinado para la carne: leche de soja, miel, pimienta, sal, soja
- Cebolla 1unidad
- Queso 150g
- Salsa de tomate 125g
- Nata 25ml
- Orégano

### Para la salsa barbacoa:

- Mostaza 1cucharada
- Ketchup 125g
- Salsa de soja 1 cucharada
- Ajo en polvo

(una vez hecha la salsa barbacoa añadir la carne a la salsa y dar unas vueltas para mezclarlo bien)

### Elaboración de la base:

- Poner en remojo las lentejas con bicarbonato durante 1 hora o más, una vez listo escurrir las lentejas y pasar por túrmix junto con el agua aceite sal pimienta orégano ajo en polvo, y harina hasta que tengamos una mezcla homogénea.
- En una bandeja de horno poner papel sulfurizado, untar un aro con aceite y extender la mezcla de forma uniforme, retirar el aro y hornear por 10 minutos a 180°C.. Pasados los 10 minutos dejar enfriar un poco y pintar las pizzas, extendiendo el tomate, luego esparciendo el queso y colocar la cebolla con el resto de ingredientes otra capa de queso y nata y por último espolvorear orégano en ambas pizzas. Honear por 15-20 minutos a 180°C.



Victorita Brici y Evaluna Cerezuela Braulio  
IES MIRALBUENO (Zaragoza)  
2º CF Grado Medio Cocina y Gastronomía